

Riitta Pouru

# Vapaaehtoisten perhekummien kokemuksia perhekummitoiminnasta

Toiminnan vaikutus kummien hyvinvointiin

Metropolia Ammattikorkeakoulu

Sosionomi AMK

Sosiaalialan koulutusohjelma

Opinnäytetyö

10.4.2017

Tekijä(t) Otsikko  Sivumäärä Aika	Riitta Pouru Vapaaehtoisten perhekummien kokemuksia perhekummitoiminnasta. Toiminnan vaikutus kummien henkiseen hyvinvointiin 31 sivua + 3 liitettä Kevät 2017
Tutkinto	Sosionomi AMK
Koulutusohjelma	Sosiaalialan koulutusohjelma
Suuntautumisvaihtoehto	Sosionomi AMK
Ohjaaja(t)	Lehtori Ulla Saukkonen Lehtori Katja Ihamäki
<p>Opinnäytetyö on toteutettu yhteistyössä Mannerheimin lastensuojeluliiton Uudenmaanpiirin kanssa. Opinnäytetyön tarkoituksena oli selvittää perhekummitoimintaan osallistuvien perhekummien kokemuksia käytännöistä, toiminnasta perheiden kanssa sekä perhekummien toimintaan osallistumisen merkityksestä henkiseen hyvinvointiin.</p> <p>Opinnäytetyö on laadullinen eli kvalitatiivinen tutkimus. Aineisto kerättiin ryhmähaastattelulla teemoittain. Teemoina olivat perhekummitoiminnan käytännöt, toiminta perheiden kanssa ja kummien hyvinvointi. Haastatteluun osallistui viisi perhekummiä.</p> <p>Haastattelusta saadun aineiston analysoinnissa käytettiin sisällön analyysiä teemoittelun avulla. Teoriapohjana on itseohjautuvuusteoria ja muu vapaaehtoistoimintaan sekä hyvinvointiin liittyvä tutkimuksellinen kirjallisuus.</p> <p>Haastateltavat kummit haluavat osallistua vapaaehtoistoimintaan auttamalla lapsiperheitä, tukea vanhemmuutta ja osallistua perheen arkeen. Kummit ovat pääsääntöisesti kokeneet käytännöt hyvinä. Kummit kokevat tyytyväisyyttä toimiessaan perheiden kanssa. Toimintaan osallistuminen koetaan itselle tärkeänä ja merkityksellisenä. Toimintaan osallistuminen edistää kummien omaa hyvinvointia.</p> <p>Tulosten perusteella kummeilla on paljon erilaisia kokemuksia perhekummitoiminnasta. Opinnäytetyön tuloksia Mannerheimin lastensuojeluliitto voi käyttää perhekummitoiminnan kehittämiseen. Perhekummien kokemuksista voivat hyötyä myös muut vapaaehtoistoiminnan organisaatiot kehittäessään omaa toimintaansa.</p>	
Avainsanat	Vapaaehtoistoiminta, kokemukset, hyvinvointi, itseohjautuvuusteoria

Author(s) Title	Riitta Pouru Volunteer Family Mentors' Experiences of Family Activities The Effect of the Activities on Mental Well-being
Number of Pages Date	31 pages + 3 appendices Spring 2017
Degree	Bachelor of Social Services
Degree Programme	Social Services
Specialisation option	Social Services
Instructor(s)	Ulla Saukkonen, Senior Lecturer Katja Ihamäki, Senior Lecturer
<p>This Bachelor's Thesis was done in Collaboration with the Mannerheim League for Child Welfare in Uusimaa area.</p> <p>The purpose of this study was to find out experiences of family mentors and the effect of the activities on action for their mental well-being.</p> <p>This Bachelor's Thesis is a qualitative and the data was collected by theme interviews in a small group. I interviewed five family mentors.</p> <p>I analyzed the data by sorting it to themes and answers that came up from the interviews. As a theory, I used the Self-Determination Theory and other related literature.</p> <p>The results showed that all family mentors wanted to help families with small children, to support parenthood and everyday life. According to the results, family mentors were satisfied with the practice and the activities with families. The results showed that all the interviewed family mentors feel that they are doing something important and worthwhile, which add to their own well-being.</p> <p>The results of survey showed a lot of important and different knowledge of family mentors' experiences, which the organization can use in the development of activities for family mentors.</p>	
Keywords	Volunteer work, experiences, well-being, self-determination theory

## Sisällys

1	Johdanto	1
2	Vapaaehtoistoiminta	2
2.1	Osa kansalaisuusaktiivisuutta	2
2.2	Konkreettista apua arjessa selviytymiseen	3
2.3	Toiminta merkityksellistä ja palkitsevaa	4
3	Mannerheimin Lastensuojeluliitto	6
3.1	Perhekummitoiminta Uudenmaan piirissä	7
3.2	Perhekummi arjen tukena ja kumppanina	8
4	Hyvinvointi	9
4.1	Itseohjautuvuusteoria	10
4.2	Hyvinvointiin vaikuttavia tekijöitä	11
5	Opinnäytetyön toteutus	13
5.1	Tutkimuskysymykset	13
5.2	Ryhmähaastattelu	13
5.3	Tutkimuskohteen aineiston kuvaus	15
5.4	Aineiston analyysi	16
6	Tulokset	17
6.1	Käytännöt	17
6.2	Toiminta perheiden kanssa	19
6.3	Antaa itselle enemmän kuin ottaa	22
6.4	Organisaation tuki ja kannustus	25
7	Johtopäätökset	25
8	Pohdinta	29
	Lähteet	32
	Liitteet	
	Liite 1. Haastattelukysymykset	

Liite 2. Haastattelukutsu

Liite 3. Esitietolomake

## 1 Johdanto

Vapaaehtois- ja kansalaistoiminta on ollut keskustelun aiheena kansalaisten, sosiaalialan ammattilaisten, päättäjien ja tutkijoiden keskuudessa. Sitten 1990-luvun laman alun ei Suomessa juurikaan ole ollut hetkeä, jolloin vapaaehtoistoiminta ei olisi puhuttanut. Vapaaehtoisuuden yhteiskunnallinen merkitys on löydetty uudella tavalla. Keskeistä on ollut se, että yhteiskunnan taloudellisten voimavarojen niukkuus on tiedostettu aiempaa selvemmin. Poliitikot ja päättäjät ovat olleet kiinnostuneita vapaaehtoistoiminnasta kansalaisten tarjoamana voimavarana. On havahduttu siihen, että etenkin sosiaali- ja hoivapalvelut eivät yksinkertaisesti riitä, ja vapaaehtoistoimintaa tullaan tarvitsemaan enemmän. Tähän liittyen vapaaehtoisuutta on julkisuudessa käsitelty pääasiassa yhteiskunnallisen merkityksen taloudellisesta näkökulmasta. Vapaaehtoistoiminnan on nähty yhtenä mahdollisuutena vähentää mm. julkisia palveluja. Näissä keskusteluissa vapaaehtoistojen ääni on kuulunut vähiten. Vapaaehtoistoiminnan luonteen ymmärtämiseksi on kuitenkin olennaista tarkastella myös, millaisia merkityksiä ja vaikutuksia tällä toiminnalla on vapaaehtoistojalle itselleen.

Julkisuudessa on keskusteltu myös lapsiperheiden hyvinvoinnista. Lapsiperheiden arjessa on tapahtunut muutos aikaisempaan, joka heijastuu perheiden hyvinvointiin. Suuri osa lapsiperheistä kuitenkin voi hyvin, mutta osa lapsiperheistä voi aikaisempaa huonommin. (Helminen 2006: 28). Lasten vanhemmat tarvitsevat apua ja vastuun jakajaa, kun omat voimat eivät riitä. Vanhempien tuen antajina voivat toimia omaiset ja muu lähiyhteisö, julkisen, yksityisen ja kolmannen sektorin toimijat. Jos vanhemmilla ei ole tukiverkostoa omasta takaa, julkisten palvelujen lisäksi sosiaalialan järjestöt tarjoavat tukea ja perhepalveluja. Näitä perhepalveluja tarjoaa vapaaehtoisten perhekummien muodossa mm. Mannerheimin Lastensuojeluliitto, joka toimii myös tämän opinnäytetyön työelämän yhteistyökumppanina.

Tämän opinnäytetyön mielenkiinnon kohteena ovat perhekummien kokemukset perhekummitoiminnan käytännöistä ja toiminnasta perheiden kanssa. Toinen kiinnostuksen aihe on, onko toimintaan osallistumisella hyvinvointitekijänä ollut merkitystä kummien henkistä hyvinvointia lisäävänä ulottuvuutena. Hyvinvoinnin näkökulmina ovat yhtei-

syssuhteet, itsensä toteuttaminen ja henkinen hyvinvointi vapaaehtoistojena perhekummitoiminnan kontekstissa.

## 2 Vapaaehtoistojinta

### 2.1 Osa kansalaisuusaktiivisuutta

Vapaaehtoistojinta voidaan määritellä monella tavalla. Vapaaehtoistojinta on tutkimuksissa perinteisesti määritelty kahden käsitteen kautta, joita ovat vapaaehtoisuus ja palkattomuus. Eri kulttuurien vapaaehtoistojinnalla yhteisiä piirteitä ovat palkaton ja pakottamaton toiminta, josta toiset ihmiset tai yhteisöt hyötyvät. Vapaaehtoistojinta voidaan jakaa myös kolmeen muotoon: keskinäiseen tukeen, auttamiseen ja yhteiskunnalliseen osallistumiseen. Suomessa vapaaehtoistojinnan periaatteisiin on määritelty kuuluvaksi muiden lisäksi vastavuoroisuus, yhteinen ilo, tasa-arvoisuus, eiammattimaisuus sekä luottamuksellisuus. Vapaaehtoistojija on yhteistyökumppani, jonka tulee olla vaitiolovelvollinen, puolueeton ja vastuuntuntoinen. Lisäksi vapaaehtoistojijan tulee saada toimintaansa tukea ja rohkaisua organisaation taholta. (Yeung 2002:11.)

Vapaaehtoistojinnan määrittelyyn liittyy kansalaisyhteiskunta-ajatus. Kansalaisyhteiskunta-ajatuksen sisältyy käsitys aktiivisesta kansalaisuudesta, osallistumisesta, osallisuudesta ja kohtaamisesta sekä vastuunkantamisesta toisista ihmisistä ja yhteisistä asioista. Tehdessään ilmaista työtä toisten ihmisten ja oman yhteisönsä hyväksi ihminen toimii aktiivisena kansalaisena. Hän on mukana omana itsenään, omin taidoin ja kyvyin, hän osallistuu ja toimii, hän tapaa muita ihmisiä sekä välittää muista ihmisistä ja yhteisistä asioista. Aktiivinen kansalaisuus toteutuu ja ilmenee konkreettisesti vapaaehtoistojinnassa. (Harju 2005:70.)

Vapaaehtoistojinnassa korostuu yksilön toiminta, jolloin yksilöllä on mahdollisuus tehdä oman vapaan tahdon mukainen päätös toiminnastaan. Yksilötoiminta tapahtuu kuitenkin yleensä yksilötasoa laajempina organisoituna toimintana, jota organisoii usein kolmas sektori kuten yhdistykset ja järjestöt. Vapaaehtoistojinta on sosiaaliyhteiskunnallista toimintaa, jonka vastakohtana on valtion ja muiden julkisten viranomaisten toiminta. Kansalaisyhteiskunta sen sijaan on yhteisöllinen alue, jossa ihmiset kansalai-

sina toimivat epävirallisesti. Vapaaehtoistoiminnan tavoitteilla ja päämäärillä voidaan tähdätä julkisen sektorin toiminnan muuttamiseen tai ne voivat täydentää esimerkiksi julkisia palveluja. (Koskiahho 2001:6-17.)

Etenkin monet sosiaali- ja terveysjärjestöt täydentävät julkisia palveluja. Useat vapaaehtoisjärjestöt ovat vakiinnuttaneet asemansa ja kehittäneet auttamistoimintaansa ammatilliseen suuntaan. Esimerkkejä löytyy lastensuojelusta vammaisten ja vanhusten hoitoon. Perinteinen vapaaehtoistoiminta jatkuu silti monessa muodossa ja sitä organisoivat järjestöjen lisäksi mm. seurakunnat ja kunnat. Valtio tukee aktiivista kansalais-toimintaa mm. Raha-automaattiyhdistyksen kautta. (Etenen kannanotto 2014.)

Vapaaehtoistoiminnalla on Suomessa pitkät perinteet. Suomessa vapaaehtoistoiminta, naapuriapu ja lähimmäisestä huolehtiminen ovat perinteisesti kuuluneet jokapäiväiseen elämään. Monet vapaaehtoistoimintana aloitetut muodot on sittemmin säädetty yhteiskunnan velvoitteiksi. (Etenen kannanotto 2014.) Tilanne on kuitenkin muuttumassa: viime vuosikymmenen talouslaman jälkeen hyvinvointiyhteiskunnalle kuuluvia odotuksia ja velvoitteita on siirretty julkiselta sektorilta vapaaehtoissektorille. Suomalaisissa tutkimuksissa ja keskusteluissa vapaaehtoistoiminnasta muodostuu kaksi erilaista näkemystä, rakenteellinen ja yksilöllinen. Rakenteellinen näkökulma keskittyy kolmannen sektorin taloudelliseen ja työllistävään vaikutukseen. Toinen näkökulma keskittyy yksilöihin ja vapaaehtoissektorilla toimiviin vapaaehtoiisiin. Vapaaehtoisten toiminnassa painottuvat muun muassa vapaaehtoisten motiivit ja sitoutuminen vapaaehtoistoimintaan. (Yeung 2002.)

## 2.2 Konkreettista apua arjessa selviytymiseen

Tutkimukset vapaaehtoistoiminnan merkityksestä ja kehitymisestä osoittavat, että vapaaehtoistoiminnalla on välitöntä merkitystä vapaaehtoiselle itselleen, vapaaehtoisten palvelujen saajille, vapaaehtoistoimintaa organisoiville yhteisöille ja palvelujärjestelmälle. Välillisesti vapaaehtoistoiminta vaikuttaa laajemmin toimijoiden lähiverkostoihin. Toiminnan yhteiskunnalliset vaikutukset ovat myös merkittäviä. Vapaaehtoiset tarjoavat usein konkreettista apua arjessa, vaihtelua ja uusia mahdollisuuksia arjessa selviytymiseen. Vapaaehtoiset voivat tuoda sisältöä elämään, vaihtelua rutiineihin ja uusia sosiaalisia suhteita. Toisinaan on käyty keskustelua siitä, kenen työtä vapaaehtoiset



paikkaavat. Pelkona on, että vapaaehtoistyö ja ammatillinen työ sotkeutuvat keskenään ja vapaaehtoisilla paikataan ammatillisen työn vajetta. Vapaaehtoiset ovat toimiessaan kuitenkin lähellä perheen, ystävien ja sukulaisten roolia. (Laimio – Välimäki 2011.)

Vapaaehtoistoiminta etenkin sosiaali- ja terveydenhuollon alalla tähtää ammattiavun tapaan avun ja tuen antamiseen. Vapaaehtoistoiminta sisältää mitä erilaisimpia tehtäviä sosiaali- ja terveydenhuollon alalla syrjäytyneiden auttamisesta saattohoitoon. Vapaaehtoinen toiminta voi olla suppeaa tai laaja-alaista, sisältää yhden käynnin tai jatkua vuosikautia, kohdistua yksilöön tai ryhmään, olla asiakastyötä tai konsultoivaa palvelua. Vapaaehtoistoiminnassa toteutustavat ja aikataulut ovat kuitenkin väljempiä kuin ammattiauttamisessa. Vapaaehtoistoimintaa eivät rajaa ammatilliset ja hallinnolliset tavat ja säännöt samalla tavalla kuin julkisia ja yksityisiä palveluja. Sen mahdollisuudet liittyvät kokonaisvaltaisuuteen. Ihmisen ongelmia ja elämänhallinnan vaikeuksia voidaan käsitellä tapauskohtaisesti, ennakkoluulottomasti ja joustavasti. Jokaisen uuden ihmisen kanssa tai tilanteen muuten muuttuessa voidaan etsiä uusia tapoja toimia. (Etenen kannanotto 2014.)

Vapaaehtoistoimintaan ei kohdistu myöskään samanlaisia hyötyodotuksia kuin ammatilliseen apuun. Tämä antaa väljempiä mahdollisuuksia uusiin toimintatapoihin ja kohdistaa huomio ennakkoluulottomasti esillä oleviin ongelmiin ja unohdettuihin väestöryhmiin. Toiminnan joustavuudesta hyötyvät erityisesti ryhmät, joiden auttamiseksi ammattiauttajat eivät tunnu löytävän tuloksellisia menetelmiä. Vaikka vapaaehtoistoiminnan avulla ei voitaisi poistaa ongelmia, voidaan niiden seurauksia kuitenkin lieventää. Tärkeintä on kohdata ihminen ihmisenä. Kuunnella ja kuulla hänen asiansa. (Etenen kannanotto 2014.)

### 2.3 Toiminta merkityksellistä ja palkitsevaa

Kun puhutaan vapaaehtoistoiminnan merkityksestä vapaaehtoisille, tutkimuksissa kysytään usein vapaaehtoistoimintaan liittymisen syistä ja vapaaehtoistoimintaan osallistumisen motiiveista eli tekijöistä, jotka saavat toimimaan vapaaehtoisena. Tutkimukset ovat useimmiten keskittyneet tiettyihin ryhmiin, kuten nuorten tai ikäihmisten vapaaehtoisuusiin. (Yeung 2005:87.) Lisäksi tutkimukset ovat olleet määrällisiä tutkimuksia ja tehty kyselylomakkeita hyödyntämällä. 2000-luvulle tultaessa on herännyt kiinnostus

vapaaehtoistoimijoiden omiin kokemuksiin ja näkemyksiin, jolloin myös empiirinen tutkimus vapaaehtoistoiminnassa on lisääntynyt. Tutkimus on myös laajentunut koskemaan kaikkia väestöryhmiä ja ikäluokkia.

Vapaaehtoistointaan osallistumiselle on monenlaisia motiiveja. Kaksi on selvästi yli muiden: halu auttaa lähimmäisiä ja toive solmia sosiaalisia suhteita. Omien halujen, toiveiden ja tarpeiden tyydyttäminen ei ole vastakkainen muiden auttamiselle. Ihmiset kokevat saavansa paljon ja samalla oppivansa uutta auttaessaan lähimmäisiään. Kolmas usein mainittu syy on halu kokeilla jotakin uutta. Yhä useammin mainitaan myös muita motiiveja toiminnalle kuten merkityksellisyyden kokemus. (Laimio – Välimäki 2011: 18 -19.) Nuorille vapaaehtoistointa merkitsee yhdessä tekemistä, talkootoimintaa, sosiaalisuutta ja me-hengen kokemuksia. Vapaaehtoistointaan nuoret lähtevät usein mukaan ystävien pyynnöstä. (Grönlund – Yeung 2005: 174.) Etenkin työelämästä poisjääneille ikäihmisille on tärkeää säilyttää työelämästä peräisin oleva elämänrytmi ja – malli. Monelle vapaaehtoistointa tarjoaa mahdollisuuden vaikuttaa tai yksinkertaisesti tyydyttää toimimisen tarvetta. Usein motiivit voivat yhdistyä tai muuttaa muotoaan toiminnan aikana. (Vapaaehtoistoiminnan etiikka 2014: 5.)

Vapaaehtoisen omien motiivien tunnistaminen edistää sitoutumista toimintaan. Vapaaehtoistyöntekijät näyttävät olevan usein sisäisesti motivoituneita; tyytyväisyys tulee itse tekemisestä ja sen tuottamasta ilosta, ei niinkään ulkoisista palkkioista. Sisäiset motivaatiotekijät liittyvät itsensä toteuttamiseen, kehittämiseen ja pätemisen tarpeisiin. Sisäisesti motivoituneilla vapaaehtoistyöntekijöillä on halu oppia uutta, kehittyä tehtävässään ja tehdä jotakin merkittävää. Sisäiset motivaatiot ovat tehokkaita, kestäviä ja auttavat sitoutumiseen. (Laimio – Välimäki 2011: 20 -22.) Tutkimustulosten perusteella vapaaehtoistoimijoiden motiivit muuttuvat toiminnan aikana. Vapaaehtoistoiminnassa jatkamisen kannalta odotuksilla ei niinkään ole merkitystä. Sen sijaan vapaaehtoisen oma kokemus itsetunnosta ja pystyvyyden tunteesta ovat keskeisiä sitoutumista vahvistavia tekijöitä. Merkittävää on uskoa itseensä vapaaehtoisena ja tunne, että kykenee auttamaan. Myös omien arvojen toteuttamisella on merkitystä. Omien arvojen toteuttaminen ja vapaaehtoisen kokeman toiminnan palkitsevuus vahvistaa toimintaan sitoutumista. (Pessi - Oravasaari 2010: 179.)

Useat empiiriset laadulliset vapaaehtoistoimijoiden haastattelututkimukset osoittavat vapaaehtoistoiminnalla olevan merkitystä vapaaehtoisen omaan hyvinvointiin ja lisäävän oman hyvän elämän kokemusta. Useista vastauksista ilmenee, että yhteisön ja

toisten ihmisten hyväksi toimiminen on palkitsevaa ja antoisaa, joka koetaan tärkeäksi. Hyvän mielen tuottaminen toiselle lisää myös hyvää omaa mieltä. Vapaaehtoistoiminta antaa uutta sisältöä elämään ja siten lisää myös vapaaehtoistoimijan omaa hyvinvointia. Vertaistukea muille jakamalla oma kyvykkyys koetaan palkitsevana. Itse toiminta pitää aktiivisena ja edistää toimintakykyä. Monet ikäihmiset eläkkeelle jäätyään kokevat vapaaehtoistoiminnan edustavan jatkuvuutta työelämän jälkeen, joka lisää turvallisuuden tunnetta. Vapaaehtoistoiminnan epäbyrokraattisuus mahdollistaa joustavuuden, jossa vapaaehtoisena voi toimia oman motivaation, vireyden, perhe- ja työtilanteen mukaan. Vapaaehtoinen voi myös toiminnan kautta toteuttaa omia arvojaan ja toimia samanhenkisten ihmisten kanssa, joka luo yhteenkuuluvuuden tunnetta. Vapaaehtoistoiminnan areenat luovat paikkoja, joissa voi toteuttaa itseään, oppia uutta omista kyvyistään, kehittää itseään, pitää yllä taitojaan, etsiä uusia haasteita ja löytää uusia näkökulmia. Vapaaehtoisten omien kokemusten perusteella heidän elämänpiiri on laajentunut ja sosiaalinen kanssakäyminen monipuolistunut. Yhdessä tekeminen on mukavaa, tuottaa iloa ja lisää ryhmään kuulumisen tunnetta. Monet vapaaehtoistoimijat kokevat toiminnan itselle mielekkäänä, merkityksellisenä ja hyödyllisenä. He kokevat itsensä myös hyödylliseksi yhteiskunnan jäseneksi, joka ilmenee arvostuksen tunteena. (Yeung 2005; Sorri 2005; Hartikainen 2005; Pessi – Oravasaari 2010.)

Kansainväliset tutkimustulokset osoittavat samansuuntaisia vapaaehtoistoimintaan osallistumisen terveyden ja hyvinvoinnin edistäviä vaikutuksia kuin suomalaisissa tutkimuksissakin. Yhdysvalloissa tehdyissä tutkimuksissa havaittiin lisäksi, että vapaaehtoistoimintaan osallistuvat ovat vähemmän stressaantuneita ja vapaaehtoistoimintaan osallistuminen on lisännyt heidän arvovaltaa. (Morrow - Howell, Hinterlong, Rozarrio, Tang 2003; Thoits - Hewitt 2001) Eurofoundin eli Euroopan elin- ja työolojen kehittämissäätiön mukaan vapaaehtoistoiminnalla on vaikutusta mm. vapaaehtoistoimijan fyysiseen terveyteen, onnellisuuteen, itsetuntoon ja masennukseen. Vapaaehtoistoiminta lisää itsetuntoa ja lieventää masennusoireita. Eurofoundin raportissa todetaan vapaaehtoistoimintaan osallistuvien olevan elämänsä tyytyväisempiä kuin ne, jotka eivät osallistu vapaaehtoistoimintaan. Vapaaehtoistoiminta antaa merkitystä elämään. (Eurofound – raportti 2011.)

### **3 Mannerheimin Lastensuojeluliitto**

Mannerheimin Lastensuojeluliitto on avoin, valtakunnallinen, poliittisesti ja uskonnollisesti sitoutumaton sosiaalialan kansalaisjärjestö. Mannerheimin Lastensuojeluliitto

edistää lapsen oikeutta hyvään ja onnelliseen lapsuuteen tukemalla lasten, nuorten ja lapsiperheiden hyvinvointia. Kaikenikäisillä on mahdollisuus osallistua toimintaan yhdessä lasten, nuorten ja lapsiperheiden kanssa. (Tietoa MLL:sta n.d.)

Mannerheimin Lastensuojeluliitto tekee kuntayhteistyötä tarjoamalla vanhemmille varhaista tukea ja järjestämällä avointa ja kynnysasetöntä toimintaa lapsiperheille. Järjestön tarjoamat palvelut ovat osa paikallista ja valtakunnallista hyvinvointiverkostoa, jotka perustuvat käytännössä testattuihin valtakunnallisiin malleihin. Mannerheimin Lastensuojeluliiton ammatillinen kumppanuus kuntien kanssa edistää lapsiperheiden hyvinvointia ja ehkäisee ongelmia. Palveluihin ja perheiden hyvinvointiin panostaminen säästää myös kunnan varoja. (MLL, Kuntayhteistyö n.d.)

Mannerheimin Lastensuojeluliiton Uudenmaan piiri on yksi kymmenestä MLL:n aluejärjestöstä. MLL:n Uudenmaan piiri on lapsiperheiden auttaja arjessa yhdessä alueensa kuntien ja paikallisyhdistysten kanssa sekä lasten, nuorten ja lapsiperheiden asioiden asiantuntija ja yhteiskunnallinen vaikuttaja. (MLL Uudenmaan piiri 2016.)

### 3.1 Perhekummitoiminta Uudenmaan piirissä

Perhekummitoiminta täydentää kunnan peruspalveluita. Uudenmaan piirissä perhekummitoiminta on aloitettu vuonna 2010. Perhekummit ovat MLL:n työntekijöiden kouluttamia vapaaehtoisia, jotka sitoutuvat vuoden ajaksi toimimaan yhteistyössä tuettavan perheen kanssa. Perhekummit tarjoavat tukea lapsiperheille. He tukevat lapsiperheiden hyvinvointia ja vanhemmuutta sekä antavat voimia arkeen. Tukea annetaan odottaville perheille ja perheille, joissa on vähintään yksi alaikäinen lapsi. Perhekummitoiminta on suunnattu perheille, joilla ei ole luonnollista tukiverkostoa, kuten omia sukulaisia tai ystäviä samalla paikkakunnalla. Vanhemmille, jotka kaipaavat vahvistusta vanhemmuuteen, esim. esikoislapsen saaneet tai nuoret vanhemmat. Vanhemmille, jotka kokevat itsensä yksinäisiksi tai väsyneiksi arjen pyörytykseen. Perheille, joiden arki tuo mukanaan haasteita vanhemmuuteen, yllättävissä elämänmuutoksissa tai parisuhteeseen, esim. toisen vanhemman matkatyö. Tällaisissa tilanteissa voi tavalliselta kanssaihmiseltä saatu apu auttaa parhaiten. Lisäksi tällaista apua on myös helppo ottaa vastaan. Perhekummitoiminnan avulla pyritään tukemaan perheitä haastavan ajan yli kohti tasapainoista perhe-elämää. (MLL n.d. Vanhempainnetti, perhekummit.)

Perhekummi ei ole lastenhoitaja eikä kodinhoitaja. Hän osallistuu perheen arkeen, on läsnä kuuntelemassa ja keskustelemassa. Perhekummin kanssa voi esimerkiksi käydä yhdessä vaunulenkillä, perhekahvilassa, leikkipuistossa tai vaikka ruokakaupassa. Tai voidaan tavata perheen kotona ja puuhata siellä arkisia asioita yhdessä. (MLL n.d. Vanhempainnetti, perhekummit.)

Kunkin kummisuhteen aluksi määritellään yhdessä perheen ja kummin kanssa tavoitteet, jotka nousevat perheen tarpeista. Perhekummi ja perhe tapaavat yleisemmin kerran viikossa tai joka toinen viikko. Tapaamiset kestävät yleensä muutaman tunnin. MLL:n perhekummit noudattavat vapaaehtoistyön eettisiä periaatteita ja ovat vaitiolovelvollisia. (MLL n.d. Vanhempainnetti, perhekummit.)

Kiinnostuneet vapaaehtoiset haastatellaan. Haastattelussa varmistetaan vapaaehtoisien soveltuvuus ja kummiksi haluavan omat voimavarat ja elämäntilanne toiminnan kannalta. Kummiksi haluavat vapaaehtoiset osallistuvat perhekummien peruskoulutukseen. Perhekummikoulutus on 18 tunnin koulutuskokonaisuus. Koulutus on maksuton eikä velvoita toimimaan perhekummina, mutta antaa tähän valmiudet. Perhekummeiksi ryhtyvät sitoutuvat toimintaan ja saavat peruskoulutuksen lisäksi säännöllisesti työnohjausta, lisäkoulutusta sekä vertaistukea. (MLL n.d. Vanhempainnetti, perhekummit.) Työnohjaukseen ja lisäkoulutuksiin osallistuminen on vapaaehtoista.

### 3.2 Perhekummi arjen tukena ja kumppanina

Perhe toimii hyvän elämän lähtökohtien mahdollistajana, mutta perhe voi myös tuottaa haasteita niin lapselle kuin vanhemmillekin. Vanhemmat kokevat työelämän, kodin, vanhemmuuden ja vapaa-ajan yhteen sovittamisen entistä haasteellisempänä. Perheiden ulkoiset resurssit esim. taloudellinen tilanne ja sisäiset resurssit kuten sosiaalinen verkosto vaihtelevat. Perheen resursseilla on suora vaikutus vanhempien ja lasten hyvinvointiin. Perheiden haasteelliset elämäntilanteet heijastuvat vanhemmuuteen, kodin ilmapiiriin, toimintaedellytyksiin ja voimavaroihin. Myös lapsiperheiden taloudellinen tilanne on heikentynyt lapsiperheiden välillä. Huolta kannetaan vanhemmuuden kaatoamisesta, vanhempien uusavuttomuudesta, kiireestä ja väsymisestä sekä rajojen asettamisen vaikeudesta. Nykyisin sosiaalialalla painotetaan ongelmien ennaltaehkäisyä sekä niiden varhaista tunnistamista. Ensisijaisena lähtökohtana lasten ja perheiden

kanssa toimittaessa on tukea vanhemmuutta ja toimia kasvatuskumppanina sekä edistää lapsiperheiden arjen sujumista ja elämänhallintaa. (Helminen 2006: 10 -31.)

Tänä päivänä perheiden on mahdollisuus saada haasteisiin matalan kynnyksen apua ja tukea pelkäämättä leimatuksi tulemista. Arvostuksen ja kunnioituksen kokemus ovat sosiaali- ja terveysalan työssä peruslähtökohtia. (Järvinen 2006:11). Perheiden kanssa toimiessa on tärkeää osoittaa arvostusta ja kunnioitusta kaikille perheenjäsenille. Jokainen perhe on omassa asiassaan paras asiantuntija ja perheiden itsemääräämisoikeutta tulee kunnioittaa. Perhe itse määrittää omat tuen tarpeensa. (Järvinen 2006: 139 -153.) Yhtä lailla peruslähtökohtana on perheen hyväksytyksi tulemisen kokemukset. (Pesonen 2006:156). Perheiden erilaisten taustojen, arvojen, asenteiden, näkemysten ja toimintatapojen ymmärtäminen auttaa kohtaamaan erilaisia perheitä.

Perheen tukemisessa tärkeää on perheen aito kohtaaminen, vastavuoroinen luottamus, perheen voimavarojen tunnistaminen, vuorovaikutus ja yhteistyöhön perustuva kumppanuus. Tasavertainen kumppanuus mahdollistaa avoimen ja turvallisen ilmapiirin, joka luo mahdollisuuden yhteiselle keskustelulle, kuuntelulle, yhdessäololle, yhdessä tekemiselle ja kokemusten jakamiselle. Tasavertaisina kumppaneina voivat vapaaehtoiset tukea perheitä ja vanhempana olemista hyödyntäen myös omaa elämäkokemustaan. Vapaaehtoinen voi tarjota konkreettisen avun lisäksi aitoa välittämistä, läsnäoloa ja rinnalla kulkemista, joka kannustaa ja auttaa selviytymään arjen haasteista. (MLL:n perhekummikoulutus 2014.)

## **4 Hyvinvointi**

Ihmisten hyvinvointia voidaan määritellä monesta eri näkökulmasta, useiden eri teorioiden ja mallien kautta. Hyvinvoinnin kuvauksista löytyy määritelmiä sekä ihmisten kokemuksellisen hyvinvoinnin osatekijöistä että myös poliittisista, ympäristöön ja toimeentuloon liittyvistä hyvinvoinnin osatekijöistä. Hyvinvoinnin osatekijöitä ovat esimerkiksi ihmisille ominaiset kyvyt, elämän laadun kokemus, tyytyväisyys elämään ja onnellisuus, henkisyys ja mielekkyys elämässä, positiiviset tunteet, välittävät sosiaaliset suhteet, kiinnostava työ ja toiminta, kokonaisvaltainen terveys ja perustarpeisiin liittyvä riittävä materiaallinen omaisuus. Lisäksi ihmisen hyvinvointia lisää hyvän tekeminen toisille ihmisille tai yhteisöille. Hyvinvoivat ihmiset ovat tiiviisti perheensä, työnsä ja yh-

teisönsä kanssa. Heidän elämällään on tarkoitus. (Koivisto – Perttula – Sandelin 2014: 50.)

Perinteisesti hyvinvointia tarkastellaan fyysisen, psyykkisen ja sosiaalisen hyvinvoinnin näkökulmasta. Fyysistä, psyykkistä ja sosiaalista hyvinvointia tarkasteltaessa hyvinvointi määrittyy useimmiten subjektiivisten eli yksilön omakohtaisten tuntemusten kautta. Jokaisella ihmisellä on käsitys omasta terveydestään ja hyvinvoinnistaan sekä mistä muodostuu yksilön kokonaisvaltainen hyvinvointi. Kokonaisvaltainen hyvinvointi käsittää ihmisen fyysisen, psyykkisen ja sosiaalisen toimintakyvyn myönteisessä vuorovaikutuksessa elinympäristöönsä. Kukin ihminen kokee hyvinvoinnin itselleen erilaisena ja eri asiat tärkeinä hyvinvointinsa edistämisessä ja onnellisuutensa lisäämisessä. (Ala-Poikela 2016:6.)

#### 4.1 Itseohjautuvuusteoria

Itseohjautuvuusteoriassa esitetään ihmisellä olevan kolme psykologista perustarvetta, joita ovat omaehtoisuus, kyvykkyys ja yhteisöllisyys. Itseohjautuvuusteorian mukaan nämä kolme perustarvetta on ihmisen psyykkisen hyvinvoinnin perusta. Ilman omaehtoisuutta, kyvykkyyttä ja yhteisöllisyyttä ihminen ei voi hyvin. (Deci – Ryan 2000a.)

Teorian taustalla on näkemys, joka perustuu ihmisen aktiivisuuteen. Ihminen ei ole passiivinen ympäristöönsä reagoiva yksilö, vaan itseohjautuva ja itseään toteuttava persoona. Ihminen hakee itselleen itseohjautuvasti haasteita ja päämääriä, jotka rikastuttavat elämää ja tuntuvat merkityksellisiltä. Psykologiset perustarpeet ovat olennaisia myös yksilön kasvulle ja kehitykselle. Näitä kolmea perustarvetta tukevat kasvuolosuhteet tuottavat hyvinvoivia ja tasapainoisia ihmisiä. (Deci – Ryan 2000a.)

Autonomia eli omaehtoisuus tarkoittaa ihmisen kokemusta siitä, että hän voi itse päättää omista tekemisistään. Autonomian edellytyksenä on valinnan- ja toiminnanvapaus. Omaehtoisessa toiminnassa tekeminen ei ole ulkoa ohjattua vaan tekemistä ohjaa sisäinen motivaatio, jolloin ihminen kokee asian omakseen. Tämä voi tarkoittaa sitä, että tekemisestä itsestään nauttii tai ihminen kokee arvostavansa päämääriä, joita tekeminen edistää. Autonominen toiminta on ennen kaikkea omaehtoista, motivaatio lähtee ihmisestä itsestään eikä ympäristön tarjoamista palkkioista. (Deci – Ryan 2000a.)

Kyvykkyydellä tarkoitetaan yksilön kokemusta omista taidoistaan, osaamisestaan ja siitä, että ihminen saa asioita aikaan. Kyvykkääksi itsensä kokeva uskoo pystyvänsä tekemään asioita menestyksekkäästi, luottaa omiin taitoihinsa ja osaamiseensa. Ihminen nauttii sellaisesta tekemisestä, jossa pärjää. Haasteistakin, jos haastetaso on so-piva ja ihminen kokee pärjäävänsä. (Deci – Ryan 2000a.)

Kolmas sisäisen motivaation lähde on ihmisen perustarve olla yhteydessä toisiin ihmisiin eli yhteisöllisyys. Hyvinvointi kytkeytyy ympärillä oleviin ihmisiin. Voidakseen hyvin ihminen tarvitsee kokemusta, että hänestä välitetään ja hän on osa kannustavaa, tur-vallista ja lämmينhenkistä yhteisöä. (Deci – Ryan 2000a.)

#### 4.2 Hyvinvointiin vaikuttavia tekijöitä

Suomalainen yhteiskunta ja perinteinen käsitys hyvinvoinnin tekijöistä ovat murrokses-sa. Suomalainen yhteiskunta ja elinolosuhteet ovat kehittyneet huomattavasti hyvin-vointivaltion alkuajoista. Talouskasvuun perustuva näkemys hyvinvoinnin lisäämisestä ei enää takaa hyvinvointia pitkälle kehittyneessä yhteiskunnassa. Hyvinvoinnista kes-kustellaan edelleen objektiivisessa viitekehyksessä, missä korostuvat tulotaso, tuloerot, köyhyys, sosiaaliturva, asuminen, terveys ja muut resurssitekijät. Tällä hetkessä hyvin-vointikeskustelu keskittyy pääasiassa materiaalsen hyvinvoinnin puutteisiin ja julkisiin palveluihin. Hyvinvointiin vaikuttavat merkittävästi myös monet muut tekijät, jotka jäävät hyvinvointikeskustelun ulkopuolelle. Arjesta selviäminen ja hyvinvointi edellyttävät ny-kyään erilaisia asioita kuin hyvinvointivaltion alkuaikoina. Suomessa on edelleen paljon köyhyyttä ja osattomuutta. Siksi hyvinvoinnin resurssiperusta ja moderni hyvinvointival-tio ovat yhä tarpeellisia hyvinvoinnille. Kuitenkin valtaväestön osalta materiaaliset pe-rustarpeet on tyydytetty melko hyvin. Ihmisten kokema hyvinvointi ei tietyn tulotason jälkeen enää kasva talouden mukana. Kun materiaaliset perustarpeet on tyydytetty, muiden hyvinvointitekijöiden merkitys korostuu. (Hämäläinen 2009:5; Hämäläinen 2014: 1- 6.)

Hyvinvoinnin määrittämiseksi tarvitaan hyvinvoinnintekijöiden uudenlaista pohdintaa ihmisten elintason noustessa ja elintapojen muuttuessa nopeasti muuttuneessa toimin-taympäristössä. Tarvitaan laajennettu ja nykyhetkeen sopiva kokonaisvaltainen näke-mys hyvinvoinnin moninaisista tekijöistä. Euroopan Unioni, Yhdistyneet kansakunnat, OECD ja useat johtavat teollisuusmaat ovat aktiivisesti panostaneet uusien hyvinvoin-



timittarien kehittämiseen. Hyvinvoinnin käsitettä on laajennettu materiaalisesta hyvinvoinnista ihmisten kokeman hyvinvoinnin suuntaan. (Hämäläinen 2014: 1.)

Sitran toteuttamassa kansainvälisessä tutkimushankkeessa pitkälle kehittyneiden yhteiskuntien hyvinvointikäsitystä ja keskustelua analysoitiin hyvinvoinnin psykologisilla, sosiaalisilla, taloudellisilla, organisatorisilla, institutionaalisilla, poliittisilla ja elinympäristöön liittyvillä tekijöillä. Hankkeen tuloksena eri alojen tutkimustuloksia hyödyntämällä saatiin monta uutta näkökulmaa hyvinvoinnin keskeisiin tekijöihin. Hyvinvoinnin kokonaisvaltainen ymmärtäminen vaatii monen eri alan tutkimusten ja asiantuntemuksen hyödyntämistä. Nykyistä laajempi hyvinvointikäsitys pitääkin sisällään sekä objektiivisen ja subjektiivisen hyvinvoinnin että fyysisen ja henkisen hyvinvoinnin. Lisäksi laajempaan hyvinvointikäsitykseen kuuluu lyhyen aikavälin hyvinvoinnin tunteen (onnellisuuden) lisäksi hyvinvoinnin kestävyys pidemmällä aikavälillä. (Hämäläinen 2014:2.)

Materiaalisten perustarpeiden tultua tyydytetyksi pitkälle kehittyneissä yhteiskunnissa korostuvat hyvinvointiin vaikuttavat henkiset tekijät, sosiaaliset suhteet, yhteisölliset ja psykologiset tarpeet sekä elämän laatuun ja koettuun hyvinvointiin liittyvät arvot kuten itsensä kehittäminen. Tällaisia tarpeita ovat mm. Maslowin lähimmäisen rakkaus ja yhteisöllisyys, itsekunnioitus ja sosiaalinen arvostus, itsensä toteuttaminen sekä Antonovskyn koherenssin tunne eli elämän ymmärrettävyys, hallittavuus ja merkityksellisyys. Ihmiset, joilla on vahva koherenssin tunne eli, joiden elämä on ymmärrettävää, hallinnassa ja merkityksellistä, ovat henkisesti ja fyysisesti terveempiä, kestävät paremmin elämän suuria stressitapahtumia ja nauttivat korkeammasta elämänlaadusta. Tietoisuus ympäröivästä yhteiskunnasta ja sen prosessien ymmärtämisellä on tärkeä vaikutus ihmisten hyvinvointiin. (Hämäläinen 2009: 5; Hämäläinen 2014:4.)

Ihminen on luonnostaan sosiaalinen. Lämpimien, luottamuksellisten ja läheisten sosiaalisten suhteiden määrä ja laatu ovat myös keskeisiä tekijöitä koetun hyvinvoinnin kannalta. Yhteisöllisyyden ja sosiaalisen vuorovaikutuksen avulla ihmiset voivat tyydyttää lähimmäisenrakkauden, kuulumisen, arvostuksen, elämänhallinnan, ymmärryksen ja itsensä toteuttamisen sekä merkityksellisyyden tarpeitaan. Itsensä toteuttamisen kannalta, merkityksellisellä tekemisellä, jossa ihminen voi hyödyntää vahvuuksiaan, on hyvinvointia edistävä vaikutus. Elämän merkityksettömyyden tunne voi asiantuntijoiden mukaan aiheuttaa masennusta ja turhautumista. Toisaalta ihmisten onnellisuus heijastuu takaisin terveyteen ja sosiaalisten suhteiden onnistumiseen. (Hämäläinen 2009: 8; Hämäläinen 2014: 4.)

## 5 Opinnäytetyön toteutus

### 5.1 Tutkimuskysymykset

Opinnäytetyön tarkoituksena oli selvittää Mannerheimin Lastensuojeluliiton Uudenmaan piirin perhekummien kokemuksia toimintaan liittyvistä käytännöistä ja toimimisesta perheiden kanssa. Toiseksi tarkoituksena oli selvittää, onko toimintaan osallistumisella ollut merkitystä hyvinvointitekijänä kummien henkistä hyvinvointia lisäävänä ulottuvuutena. Hyvinvoinnin näkökulmina ovat yhteisyyssuhteet, itsensä toteuttaminen ja henkinen hyvinvointi vapaaehtoistoimijana perhekummitoiminnan kontekstissa. Tutkimuksella saadaan arvokasta tietoa kummien kokemuksista. Tätä tietoa voidaan käyttää perhekummitoiminnan kehittämiseksi.

Opinnäytetyölle on asetettu kaksi tutkimuskysymystä:

1. Miten perhekummit kokevat toimintaan liittyvät käytännöt ja toiminnan perheen kanssa?
2. Onko toimintaan osallistumisella hyvinvoinnintekijänä ollut merkitystä henkistä hyvinvointia lisäävänä ulottuvuutena?

### 5.2 Ryhmähaastattelu

Tämä opinnäytetyö on laadullinen eli kvalitatiivinen tutkimus. Laadullisessa tutkimuksessa keskityn laatuun määrän sijaan. Tutkittavana oli pieni määrä tapauksia, joita analysoin mahdollisimman perusteellisesti. Laadullisen tutkimuksen tunnuspiirteitä ovat tutkittavien näkökulma, jolloin tutkittavan näkökulma saadaan parhaiten selville empiirisesti tutkimalla esimerkiksi haastattelemalla tutkittavia. (Eskola – Suoranta 2001: 18 - 21). Laadullisen tutkimuksen avulla tarkoitukseni oli saada syvällistä ja monipuolista tietoa perhekummien kokemuksista käytännöistä ja toiminnasta sekä toiminnan merkityksestä hyvinvoinnintekijänä henkistä hyvinvointia lisäävänä tekijänä.

Tutkimuksen suoritin ryhmähaastattelun menetelmällä. Kysymyksillä pyrin saamaan tietoa varsinaisista tutkimuskysymyksistä eli tutkimusongelmasta. Ryhmähaastattelua varten olin etukäteen määritellyt haastateltavien kanssa käytävät aihealueet eli teemat. Teemat kävin haastateltavien kanssa läpi ja ennakkovalmisteluilla varmistin koko vali-

tun aihealueen osa-alueiden mukaantulon. (Kananen 2008: 73.) Teemoja valitsin kaksi, perhekummitoiminnan käytännöt ja toiminta perheen kanssa. Kysymykset (LIITE 1) mietin teemojen perusteella pitäen mielessä kummien kokemusten selvittäminen käytännöistä ja toiminnasta perheen kanssa sekä toiminnan merkitystä kummien henkistä hyvinvointia lisäävänä tekijänä.

Teemoiksi valitsin käytännöt, koska halusin selvittää kokevatko kummit käytännöt omalta kannaltaan itselleen sopiviksi, tukevatko käytännöt itse kummitoimintaa, mikä käytännöissä koetaan hyvänä ja mitä asioita tulisi muuttaa tai kehittää, jotta kummitoiminnan käytännöt tukisivat kummien henkisen hyvinvoinnin kokemuksia. Käytännöistä aiheina olivat tapaamisten määrä ja tapaamisten ajankohdista sopiminen perheen kanssa, matkat perheen luokse, kummisuhteen kesto, toiminnanohjaukset ja koulutukset sekä miten kummit ovat itse voineet vaikuttaa käytäntöihin. Perhekummitoiminta on toimimista erilaisten perheiden kanssa. Mielestäni olennaista oli selvittää, miten kummit kokevat itse toiminnan perheiden kanssa, oman kyvykkyytensä, onnistumisen kokemukset, haastavat tilanteet, kummin roolinsa, mitä kummitoimintaan osallistuminen antaa kummille ja tuottaako toimintaan osallistuminen kokemuksia oman henkisen hyvinvoinnin lisääntymisestä.

Menetelmän valintaan vaikutti haastattelun joustavuus. Haastateltaessa minulla oli mahdollisuus toistaa kysymys, oikaista väärinkäsityksiä, selventää ilmausten sanamuotoja ja käydä keskustelua haastateltavien kanssa. Lisäksi haastattelussa voin esittää haastateltaville teemoihin liittyviä tarkentavia kysymyksiä. (Sarajärvi – Tuomi 2003:75;77.)

Ryhmähaastattelulla sain nopeasti tietoa samanaikaisesti usealta vastaajalta. Haastattelijana huolehdin, että kaikki haastateltavat pääsivät ilmaisemaan oman mielipiteensä. (Hirsjärvi – Hurme 2010: 63.) Ryhmähaastattelussa tulevat mukaan ryhmätilanteen vaikutukset. Ryhmädynamiikalla ja ryhmänjäsenten persoonallisuuden piirteillä on oma vaikutuksensa. Jäsenten vaikutus voi olla tietoa lisäävä tai tietoa vähentävä. (Kananen 2008: 75.) Tuloksissa huomioin ryhmän vaikutuksen. Ryhmän vaikutus oli enemmän tietoa lisäävä kuin vähentävä, koska haastateltavat kertoivat monipuolisesti erilaisista kokemuksistaan samantapaisissa tilanteissa.

Tutkimuksen aineiston keräämisessä käytin äänen tallennusta. Tekniset ratkaisut toivat varmuutta ja lisäsivät tulosten luotettavuutta. Tulosten luotettavuuden varmistamiseksi

nauhoitin haastattelun. Nauhoitus mahdollisti tutkimustilanteeseen paluun, tulkinnan tarkastamisen ja syventämisen. (Kananen 2008: 79.) Haastateltavia informoin saatekirjeessä etukäteen haastattelun tallentamisesta nauhoittamalla ja pyysin haastateltavien kirjallisen suostumuksen nauhoittamiseen ennen haastattelua.

### 5.3 Tutkimuskohteen aineiston kuvaus

Koska opinnäytetyö on laadullinen tutkimus, tuli tutkittavien valintaan kiinnittää huomiota. Yhdessä perhetoiminnan koordinaattorin kanssa määrittelin harkinnanvaraisesti tarvittavien haastateltavien määrän ja kriteerit, jotka haastateltavien tuli täyttää. Tutkittavien tuli tietää ilmiöstä eli tässä tapauksessa perhekummitoiminnasta mahdollisimman paljon. Tavoitteena oli valita juuri ne henkilöt, joilla on tutkittavasta aiheesta eniten tietoa. (Kananen 2008:35- 37). Haastateltavien määräksi päädyin kuuteen kummiin, jotta saisin riittävästi tietoa erilaisista kokemuksista. Valinnan kriteereinä olivat toimiminen perhekummina vähintään vuoden sekä saada haastateltavaksi myös kummeja, joilla on takanaan jo useampi kummisuhde.

Perhetoiminnan koordinaattorit suorittivat valinnan mahdollisista haastateltavista, jotka toimivat Helsingissä, Espoossa ja Vantaalla. Käytännön syistä rajasimme valinnan Helsingissä, Espoossa ja Vantaalla toimiviin kummeihin, koska suoritin haastattelun Mannerheimin Lastensuojeluliiton toimitiloissa Pasilassa. Vuoden alussa Helsingissä toimi 83 kummiä, joista kymmenen oli valittu kriteerien mukaisesti ehdolle haastateltavaksi. Espoossa toimi 72 kummiä, joista myös kymmenen kriteerit täyttävää kummiä oli valittu ehdokkaiksi. Vantaalla toimi 35 kummiä, joista kahdeksan oli valittu mahdolliseksi haastateltavaksi. Haastateltavat kuusi kummiä valitsin arpomalla, kaksi kummiä Helsingistä, Espoosta ja Vantaalta. Lisäksi heille valitsin arpomalla jokaiselle varahenkilön, jos kyseinen haastattelu-aika ei sovi tai henkilö kieltäytyy haastattelusta. Arvonnassa minulle ei selvinnyt haastateltavien henkilöllisyys, joka ei ollutkaan olennaista tutkimuksen kannalta.

Uudenmaanpiirin perhetoiminnan koordinaattori lähetti haastatteluun valituille kummeille kutsun (LIITE 2) haastatteluun sähköpostitse, jolla varmistui haastateltavien anonymiteettisuoja. Vastauksen kutsuun pyysin lähettämään perhekummitoiminnan koordinaattorille. Hän välitti tiedon minulle, kuinka monta kummiä osallistuu haastatteluun. Haastateltaviksi suostuville koordinaattori lähetti esitietolomakkeen, jolla kartoitin opinnäytetyön ja haastattelun kannalta olennaista tietoa (LIITE 3). Esitietolomakkeen

pyysin myös lähettämään suoraan perhetoiminnan koordinaattorille, joka välitti tiedot minulle ennen haastattelua.

Haastatteluun osallistui Mannerheimin lastensuojeluliiton Pasilan toimitiloissa viisi perhekummiä. Kolme perhekummiä oli Helsingistä, yksi Espoosta ja yksi Vantaalta. Yksi haastatteluun suostunut kummi Helsingistä joutui perumaan haastatteluun osallistumisen sairastumisen vuoksi. Kaikille ensisijaisesti kutsun saaneille haastattelu-aika ei sopinut, joten haastatteluun osallistuivat kutsun saaneet varahenkilöt. Näin ollen alkupe-  
räinen suunnitelma kummien määrästä eri paikkakunnilta ei täysin toteutunut.

Kaikki haastatteluun osallistuneet olivat naisia, iältään 54 -65-vuotiaita. Haastateltavista yksi oli toiminut kummina vuoden ja kaksi kuukautta jatkoajalla samassa perheessä, kaksi kummeista on toiminut kaksi vuotta kahdessa eri perheessä, yksi kummi kolme vuotta kolmessa eri perheessä ja yksi kummeista on toiminut kummina neljä vuotta kolmessa eri perheessä. Aineistoa laajensi ja monipuolisti se, että toimintansa aloittaneen kummin lisäksi haastatteluun osallistui kummeja, joilla oli jo useammasta kummi-suhteesta kokemuksia.

#### 5.4 Aineiston analyysi

Tässä opinnäytetyössä käytin aineistoon perustuvaa sisällön analyysia, jossa on kyt-  
kentöjä hyvinvointiteorioiden pohjalta esitettyihin henkisen hyvinvoinnin näkökulmiin, mutta analyysi ei suoraan perustu teoriaan vaan aineistosta tehdyille löydöksille etsi-  
tään tulkintojen tueksi teoriasta selityksiä ja vahvistusta. (Eskola 2010:182). Lisäksi analysoin aineistoa jo tutkitun tiedon ja aiempia tutkimustuloksia hyödyntäen vapaaeh-  
toistoiminnasta sekä kokonaisvaltaisesta hyvinvoinnista.

Kuuntelin haastattelun ensin yhtäjaksoisesti aineiston kokonaisuuden hahmottamiseksi, jonka jälkeen kuuntelin aineiston useampaan kertaan ja litteroin eli purin nauhoituksen kirjoitettuun muotoon. Sanatarkasti kirjoitettua materiaalia rivivälillä yksi kertyi 47 sivua. Ennen analyysia selkeytin ja tiivistin aineistoa käyttämällä teemoja oleellisen tiedon löytämiseksi. Selkeytetystä ja tiivistetystä tekstistä etsittiin samaa tarkoittavat asiat, säännönmukaisuudet ja teemat värikoodien avulla analysoinnin mahdollistamiseksi. (Kananen 2008: 88 -89.) Haastateltavien tunnistamiseksi käytin kirjainmerkintöjä A, B, C, D ja E.

## 6 Tulokset

Tuloksissa kerrotaan perhekummitoimintaan liittyvistä käytännöistä, toiminnasta perheen kanssa sekä kummien kokemuksista perhekummitoiminnasta henkistä ja kokonaisvaltaista hyvinvointia lisäävänä tekijänä. Organisaation merkitys tuen ja kannustamisen osalta nousi merkittävänä tekijänä aineistosta kysymysten ulkopuolelta.

### 6.1 Käytännöt

Käytännöistä haastattelussa teemoina olivat tapaamiset perheen kanssa ja niistä sopiminen, tapaamispaikat, kummisuhteen kesto, matkat, koulutukset ja toiminnanohjaukseen osallistuminen. Kysymyksillä haluttiin selvittää myös kummien kokemuksia mahdollisuudesta vaikuttaa toimintaan ja omien toiveiden esittämiseen.

Tapaamiset perheen kanssa sovitaan joko perheen ehdoilla tai yhdessä perheen ja kummin kanssa joustavasti. Osa kummeista tapaa säännöllisesti perhettä kahden viikon välein tiettynä päivänä esimerkiksi lasten harrastusten ja aktiviteettien parissa. Pääsääntöisesti kummit tapaavat perhettä joka toinen viikko, mutta tapaamisten välit voidaan sopia perhekohtaisesti. Tapaamiset ajoittuvat sekä viikolle että viikonloppuihin. On tärkeää sopia yhteiset pelisäännöt ja noudattaa niitä molemmin puolin. Kokemuksia oli myös sovittujen tapaamisten jatkuvista muutoksista perheen tilanteesta johtuen. Käytäntönä on, että kummit sopivat edellisellä käynnillä seuraavan tapaamiskerran.

Kummit tapaavat perheitä heidän kotonaan, perheen aktiviteettien parissa tai eri paikoissa kuten kahvilassa. Tapaamispaikat on sovittu joustavasti perhekohtaisesti perheiden tarpeen mukaan. Organisaation taholta matkoihin on kiinnitetty huomiota perheen ja kummin tapaamisten helpottamiseksi, etenkin kummin tavatessa perhettä heidän kotonaan. Matkat on kuljettu omalla autolla, julkisilla liikennevälineillä tai pyörällä kulkien

Kummisuhteen keston, yksi vuosi kaikki kummit kokivat yleisesti hyvänä. Vuosi on riittävän pitkä sykli, josta perhe hyötyy. Kummille pidempi aika voi olla haastavaa sitoutumisen kannalta. Kummien mielestä kummisuhdetta voi tapauskohtaisesti jatkaa vähän pidemmäksi aikaa. Osalla kummeista onkin suhde perheeseen jatkunut puolitoista vuotta. Kummisuhteen jatkuessa pidempään vaarana on kuitenkin, että kummisuhtees-

ta voi muodostua riippuvuussuhde. Kummista tuntuu, että hänestä pidetään kiinni ja kummi itse haluaa irtautua kummisuhteesta, ettei tule suorittamisen tunnetta. Suhteen pitkittyessä perheen puolelta kummisuhteen lopettaminen voi vaikeutua, jolloin kummi kokee tilanteen ahdistavana. Haastaviin lopettamissuhteisiin kummit ovat saaneet organisaation taholta tukea ja työntekijä on ollut mukana suhteen lopettamiskeskustelussa. Toisaalta kummit pohtivat myös sitä, voisiko kummisuhde kestää vähemmän aikaa kuin vuoden. Jos perhe pärjää jo omillaan, kummista voisi olla hyötyä enemmän perhekummiä tarvitsevassa perheessä.

Haastattelun aikana tuli useampaan kertaan esille, että organisaation järjestämät koulutukset ovat olleet hyviä ja aiheet sopivia. Niistä on saanut tarpeellista tietoa ja ne ovat tukeneet kummina toimimista. Toiminnanohjauksiin osallistuminen on ollut vaihtelevaa, osa on käynyt toiminnanohjauksissa, yksi ei ole osallistunut lainkaan niihin. Toiminnanohjauksiin osallistuneet kummit kokivat saavansa vertaistukea muilta kummeilta ja tukea organisaation taholta. Hyödylliseksi koettiin mahdollisuus kuulla muiden kokemuksia ja omien kokemusten jakaminen. Erityisen tärkeää on vertaistuen mahdollisuus. Koulutuksiin ja toiminnanohjauksiin osallistumisesta on ollut hyötyä.

Kummit ovat voineet vaikuttaa omalta osaltaan käytäntöihin ja toimintaan. He ovat voineet halutessaan esittää omia toiveitaan esimerkiksi perheiden valinnan suhteen. Haluaako kummi yksinhuoltajaperheen, maahanmuuttajaperheen, vauvaperheen jne. Heidän toiveet on kuultu ja huomioitu heille perhettä valittaessa.

"Todella hyvin, että sit enhän mä mistään löytäis sellasia perheitä, ku on sellasia, tämmösiä ja tommosia, tosi hyvin täältä niinku löytyy aina semmonen mikä mulle sopii. Ku mä en oo mikään sellanen leikkittäjä, sellanen leikkivä ihminen, et mä tykkään niinku aikuisten kanssa jutella, et mä oon sellanen äidin tuki." (Kummi D)

Toiveita on myös huomioita negatiivisten kokemusten jälkeen tai suhteessa, jossa kummi on kokenut perheen haastavana. Tai tapaamisajankohdat perheen kanssa eivät ole sopineet hyvin yhteen kummin aikataulujen kanssa.

"Täällä (MLL) tuli sellanen, et haluais löytää uuden perheen, et tulis sellanen itelle hyvä kokemus. Kyllä täällä oli sitä varmaan tosi paljon mietitty, et se oli must tosi hyvä, et tuli uus perhe ja tavallaan se kokemus." (Kummi E)

"Samaten mä toivoin, et mä saan helpon perheen sen ensimmäisen jälkeen. Mulle järjestettiin sitten helppo perhe, et nyt on ihan eri juttu." (Kummi C)

Sekä organisaatio että kummi halusivat uuden mahdollisuuden kummisuhteeseen, josta muodostuu hyvä kokemus. Haastavaksi kokemansa perheen jälkeen kummi oli saanut helpomman perheen. Kummin toive saada tavata perhettä viikolla viikonloppujen sijaan oli myös huomioitu.

## 6.2 Toiminta perheiden kanssa

Kummeilta kysyttiin perheiden kanssa toimittaessa onko heille ollut jostain tietyistä taidoista tai elämäkokemuksesta hyötyä toimiessaan perhekummina, miten kummit ovat kokeneet toimimisen erilaisten perheiden ja perheenjäsenten kanssa, minkälaisia haasteita tai onnistumisen kokemuksia kummit ovat kohdanneet ja minkälaisia tunteita ne ovat herättäneet. Miten he ovat löytäneet oman perhekummiroolinsa, mitä kummi koee antavansa itse kummisuhteelle ja miten se ilmenee käytännössä. Onko jokin asia jäänyt mietityttämään, ihmetyttämään tai mikä kummitoiminnassa on yllättänyt. Onko kummi oppinut jotakin uutta kummitoiminnan aikana.

Haastateltavat kertoivat, että omasta elämäkokemuksesta on ollut hyötyä. Tieto perhe-elämästä, perheen arjesta, erilaisista kasvatusten menetelmistä, kokemus lapsista ja lapsenlapsista sekä omat elämän karikotilanteet ovat ammentaneet voimaa ja uskoa, että selviää kohdatessa erilaisia perheitä.

"Kyl mun mielestä niinku omasta elämästä, tavallaan niinku niist, erityisesti niinku niistä elämän karikotilanteista, ni niist kyl ammentaa sellasta voimaa ja uskoa, että tuli mitä tahansa, et siit selviää." (Kummi A)

Kummit kokivat, että perheitä kohdattaessa tarvitaan avointa suhtautumista, kykyä luoda luottamuksellinen suhde perheeseen ja keskustelutaitoa. Empatiakykyä ja uskallusta kohdata erilaisuutta auttaa perheen ymmärtämisessä. On myös hyvä tiedostaa omat arvot ja perheiden arvot. Omat ja perheen erilaiset arvot saattavat herättää kummissa ristiriitaisia tunteita.

Toimiminen erilaisten perheiden kanssa koetaan rikkautena. Eräs kummi totesi, että joka perheessä on omat hienoudet ja omat tunnelmat, joiden tukeminen on tärkeää ja hienoa. Toisaalta erilaisten perheiden kohtaaminen on koettu itselle kasvun paikkana, joita kuvaavat kahden eri kummin toteamukset.



"Mut mul on kyl selvästi ollu semmonen oma kasvun paikka tässä, mä oon ite aika semmonen matemaattisesti suuntautunut ihminen enkä humanisti. Aina niinku pärjännyt ite, aina hoitanut omat asiat. Et tää, nyt on sitten, ni se on mulle aika uus asia tää, heikosti toimeentulevat ihmiset.. Mun on aika paljon pitäny miettiä sitä asiaa. Et miten suhtautuu ja miten osaa olla empaattinen." (Kummi C)

"Mut tiedän mitä tarkoitat, kun mäkin oon jotain ihan muuta, ni sitte tää on kyl avannu ihan niinku uusii maailmoja itselle ja tavallaan se kuinka erilaisia perheet on, et on mennyt sen oman kuplan ulkopuolelle, mut se on kyl ainakin mun mielest ollu tosi hyvä asia." (Kummi E)

Haastaviksi oli koettu tilanteet perheissä, joissa on ollut vaikeuksia saada kontaktia lapseen esimerkiksi jonkin sairauden, kehityshäiriön tai kielivaikeuksien vuoksi. Kummi kuvaili tilanteessa omaa tunnettaan kamalaksi, mutta osoittautui, että perhe oli ollut kiitollinen kummista ja tyytyväisiä. Toinen kummi taas liikuttui, kun vihdoinkin oli saanut kontaktin lapseen monen kuukauden yrittämisen jälkeen.

Kummin rooli muotoutuu jokaisessa perheessä omanlaisekseen perheen tarpeiden mukaan ja rooli täytyy joka perheessä hakea kuulostelemalla. Kummit kokivat, että on tärkeää voida toimia omana itsenään, vaikka perheisiin mennään perheiden ehdolla ja yritetään löytää tapa, jolla perhettä tuetaan. Kummin rooli voi vaihdella toisen aikuisen roolista konkreettisen apuun. Kuuntelijan ja keskustelijan roolista auttaviin käsiin, joka mahdollistaa liikkumisen ulkona lasten kanssa.

Tärkeää on tietää miksi perhe on hakenut kummia, mikä on perheen lähtökohta, mitä perhe haluaa ja toivoo. Kaikki kummit kokivat tärkeäksi keskittyä olemaan tilanteessa tässä ja nyt, olemalla aidosti läsnä, olla perhettä varten, tukea vanhemmuutta ja antaa perheelle voimavaroja.

Selvästi kaikkien puheista kävi ilmi, että on tärkeää kunnioittaa perheen arvoja, käytäntöjä ja elämäntapaa. Kummi ei tuputa omia arvojaan tai neuvojaan vaan voi kertoa oman mielipiteensä kysyttäessä, mutta kunnioittaa perheen tapaa toimia. Kummi tarvitsee havaitsemisen taitoa, että tiedostaa mihin tilanteisiin voi puuttua tai mihin tilanteisiin tarttuu.

Kummilta vaaditaan myös tasapainottelua lasten ja vanhempien välillä. Lapset vaativat oman osansa kummin huomiosta ja toisaalta joissakin perheissä vanhempi kaipaa keskusteluapua tai keskustelukumppania. Kummit yrittävät löytää tilaa ja aikaa vanhemman kuuntelemiselle ja keskustelemiselle, vaikka lapset pyörisivätkin koko ajan ympärillä. Tosin kaikista asioista ei voi keskustella lasten kuullen, jonka kummit tiedostavat.

Kummien mukaan vanhempien avoimuus vaihtelee hyvinkin sulkeutuneisiin vanhempiin, jotka eivät halua keskustella perheen tilanteesta vaan kaipaavat lähinnä lisäkäsia. Lapsiin suhtaudutaan tasavertaisina ja huomio jaetaan tasapuolisesti sekä lapsille että vanhemmille.

Selkeästi kummit ovat itse miettineet omaa rooliaan kummina. Kuinka paljon miettii asioita, kuinka paljon antaa itsestään ja mihin on vedettävä raja. Toiset vielä etsivät omaa rooliaan kummina ja pidempään toimineet ovat löytäneet oman kummin roolinsa. Osa kummeista koki olevansa melko avoimia ja on helppoa kertoa itsestä. Kaikki kummit olivat sitä mieltä, että itsestä on annettava ja kerrottava ainakin jotain luottamuksen saavuttamiseksi. Toisaalta kummit ovat oppineet kieltäytymään tietyissä asioissa. Kummia ei tule käyttää hyväksi vaan kummilla on oma tietty rooli. Omaan rooliin kummina vaikuttaa myös kuinka läheiseksi kummisuhde muodostuu ja minkälaisessa roolissa kummi itsensä näkee. Kummi voi tuntea olevansa kuin ystävä tai olla perheen mummon roolissa, toinen taas kokee olevansa äidin tukena tai kummi voi olla kuin täti nuorelle äidille. Joihinkin perheisiin muodostuu läheisempi suhde ja toisiin taas neutraalimpi. Yleensä kummit pystyvät irtautumaan tilanteista lähdettyään perheen luota eikä ne jää mieleen pyörimään. Poikkeuksia ovat tilanteet, jolloin perheessä sairastellaan tai perheessä ilmenee muuten jotain normaalista poikkeavaa.

Toiminnan perheiden kanssa voi kiteyttää yhden kummin kokemukseen, johon muut kummit yhtyivät.

"Just täs perhekummitoiminnas mä koen, et mä oon sellanen rinnalla kulkijja, et mä koitan olla semmonen tuki." (Kummi D)

Erilaisten perheiden kanssa toimiminen on opettanut suvaitsevaisuutta ja lisännyt ymmärrystä erilaisuutta kohtaan.

"Mulle on ainakin tärkeätä se, et mä oon ruvennu ymmärtämään enemmän erilaisia ihmisiä ja mä nään nyt vähän laajemmin tätä miten ihmiset elää ja minkälaiset olosuhteet on." (Kummi C)

"No ku itellä on tyttöjä, sit on ollu poikalapsia, sit on ollu erityislapsia, ni nyt ymmärtää niin paljo enempi. Et jos nyt näkee jossain kauppas kiukuttelevan lapsen ni ei heti ajattele et toi on varmaan huonosti kasvatettu. Monellahan on niinku näillä on sit näit käyttäytymiseen vaikuttavia seurauksia. Et mulla ku ei oo ollu koke-musta siitä, jotenki ihana, et saa semmost." (Kummi E)

Perhekummitoiminnan kautta kummille on avautunut ihan uusi erilainen maailma uusi-  
en ja erilaisten kokemusten myötä.

### 6.3 Antaa itselle enemmän kuin ottaa

Henkiseen hyvinvointiin ei suoranaisesti liittynyt erillisiä kysymyksiä vaan kertyneestä aineiston sisällöstä etsitään vastausta kysymykseen kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin kannalta. Mitä perhekummitoiminta on antanut kummille itselleen.

Perhekummitoimintaan on lähdetty mukaan omien halujen ja mieltymysten mukaisesti. Osa kummeista kertoi lähteneensä perhekummitoimintaan mukaan omasta halustaan auttaa nimenomaan lapsiperheitä, koska he pitävät lapsista ja haluavat olla lasten kanssa. Valintaan vaikutti myös toiminnan taustalla oleva organisaatio. Perhekummitoimintaan on hakeuduttu mukaan omasta halusta antaa omaa aikaa jollekin hyvälle asialle. Omalta perheeltä ja läheisiltä vapautunut aika on haluttu käyttää muiden auttamiseen. Kummit ovat nähneet kirjoituksen perhekummitoiminnasta tai lukeneet ilmoituksen, jossa haetaan perhekummeja. Toiminta on tuntunut itselle sopivalta ja mukaan on lähdetty sen perusteella. Yksi kummi siirtyi Mannerheimin lastensuojeluliiton vanhempainpuhelimesta perhekummitoimintaan, koska toiminnassa näkee tulokset toisin kuin vanhempainpuhelimessa.

Perheiden valintaan kummit ovat itse voineet esittää toiveita, minkälaisen perheen haluaisi. Kummille esitellään uuden kummisuhteen alkamisvaiheessa yleensä kaksi vaihtoehtoa, joista kummi voi valita itselleen parhaaksi katsomansa vaihtoehdon. Kummit tiedostavat omat kykynsä toimia erilaisten perheiden kanssa. Etenkin toimintaan osallistumisen alkuvaiheessa kummit ovat kokeneet omien toiveiden ja mielipiteiden esittämisen tärkeäksi.

"Mua pelotti se, et jos ois maahanmuuttajaperhe, niin mä pyysin ensimmäiseksi perheeks niinku suomalaista perhettä, mua ehkä pelotti, mä en ehkä osais tai silleen tai et olis tarvinnu lisää koulutusta tai, mut nyt kun on tää kokemus ni sellanen käy." (Kummi B)

Kummi voi osallistua arjen lisäksi perheen kaikkeen toimintaan, harrastuksiin, tapahtumiin ja on tervetullut perheen juhliin kuin kuka tahansa perheenjäsen, perheen ystävä tai tuttava. Kummien mielestä on tärkeää, että he pääsevät osalliseksi perheen kaikkien toimintaan ja lapsia kasvatetaan yhdessä. Jaetaan perheen ilot ja surut.

Kummien mukaan toimintaan osallistuminen on mahdollistanut erilaisiin perheisiin ja ihaniin ihmisiin tutustumisen. Toinen kummi toteaa myös saman lisäten vielä mukaan itse toiminnan ja mitä siitä itselle saa.

”Kun kaikki ihmiset on erilaisia ja kaikki niinku sosiaaliset ryhmät on erilaisia, et kyl mä koen tän niinku tän kummina olemisen ja erilaisuuden perheiden kanssa toimimisen pelkästään rikkautena, kyl se antaa itselle enemmän kuin ottaa, et ei ne oo mun energiaa vieny, ne on vaan antaneet semmost ihan mielihyvää, et kokenut et pystyy olemaan avuksi, pienin askelin.” (Kummi A)

Palkitsevaa on se, kun kummi itse näkee positiivisia muutoksia perheessä. Kun vanhemmuus alkaa hahmottua ja miten vanhemmat löytävät oman roolinsa vanhempana. Miten perhe löytää oman rytminsä ja kummi voi olla siinä mukana. Kummisuhde koetaan kuin pienenä matkana, joka kuljetaan perheen rinnalla ja mukana. Kummille itselle tärkeää on tunne siitä, että perheen luona käydään aiheesta. Kummi kokee käyttävänsä aikaansa perheen auttamiseen, jonka hän samalla kokee itselle antoisana ja palkitsevana. Merkittävää on, että tuntee itsensä odotetuksi ja tervetulleeksi perheen taholta ja, että kummi on saavuttanut perheen luottamuksen. Ovet eivät ole avoinna kaikille eikä kummia etsitä laittamalla lappua kaupan seinälle.

”Tuntuu hyvältä, et on tervetullu sinne perheen kotiin, niin mulle se on suuri kunia, et pääsee perheeseen, kotiin ja olla siellä.” (Kummi D)

”Mä oon kokenu, et tällä äidillä on brändinä niinku luotettavuus, et ihmiset aukaa-see ovet ja luottaa, se on tosi tärkeätä, et eihän sitä vois panna vaan kaupan seinälle lappua, et tuletko meille kummiksi, et se jo antaa semmosen tietyn statuksen, mulle on ainakin tärkeätä se.” (Kummi C)

Merkitykselliseksi kummit ovat kokeneet sen, että voi ja pystyy olemaan täysin läsnä perheen kanssa ollessaan, tavallaan sulkemaan kaiken muun ulkopuolelle. Kummi on läsnä perheen kanssa tässä ja nyt.

”Enemmän mä oon nauttinu juurikin siitä tunteesta, että ku muuten tuntuu, et on 24 tuntia tavoitettavissa ni mä oon kaikille ilmottanu, et sillon ku mul on kummi-perhetapaaminen, mun kännykkä on kiinni, mua ei saa kiinni, mä oon siellä. Mä vaan oon siellä, se on ollu huikee tunne! Äärettömän vapauttavaa!” (Kummi A)

Osa kummeista koki erityisen merkittävänä sen, että on mukana toiminnassa, jossa voi olla lasten kanssa ja voi edes jollakin tavalla vaikuttaa lasten kasvuolosuhteisiin. Perheiltä saatu arvostus perhekummi kohtaan on tuottanut mielihyvää. Lisäksi arvostusta perhekummina toimimisesta on saanut lähipiiriltä kuten työkavereilta. Se on lisännyt

kummien omaa tunnetta siitä, että toiminta sinänsä on arvokasta ja kokee itsensä perhekummina arvokkaana ja tarpeellisena.

Pääsääntöisesti kummit ovat pystyvät tukemaan perheitä omana itsenään ja toimimaan tavalla, mikä itsestä tuntuu hyvältä. Perheen tukemisen kannalta on tärkeää, että kummi tuntee oman olonsa suhteessa tasapainoiseksi ja hyväksi. Yksi kummi kertoi refleктоivansa omaa oloaan, tekemistään ja omaa toimintaansa perheen kanssa.

Kummit ovat myös huomanneet, että erilaisten perheiden kohdalla on saattanut kohdata haasteitakin, mutta niistä on selvitty ja niistä on voinut oppia uusia asioita. Ensin kummi on voinut olla epävarma ja pelännyt, ettei pärjää sairaiden tai vammaisten lasten kanssa, jos heistä ei ole aiempaa kokemusta. Toiminnan ja kokemuksen myötä kummit ovat saaneet varmuutta ja he ovat huomanneet pärjäävänsä. Kummit totesivat, että ei tarvitse osata olla sairaanhoitaja eikä lääkäri, vanhemmilla on taidot mitä tarvitaan ja kummina pärjää omilla taidoillaan.

Omasta hyvinvoinnista kummit pitävät huolta ja se koetaan tärkeänä, että jaksaa olla mukana toiminnassa. Hyvä esimerkki on kummin kokemus perheen narsistisesta äidistä. Jatkuva varuillaan olo keskustellessa äidin kanssa söi kummin omia voimavaroja. Tunnistettuaan mistä on kysymys, hän otti neutraalin asenteen ja loi tiettyä välimatkaa säästääkseen omia voimavarojaan ja pitääkseen huolta omasta hyvinvoinnistaan. Tämä on ollut ainoa perhe, joka on häntä mietityttänyt.

"Se ei oo oikein helppo juttu, mä niinku montaa kertaa mietin ni se on oikeestaan ainoo mitä mä oon vieny kotiin. Just tää yks on jääny, mä jäin yölläkin miettimään, et pikkusen jääny sinne takaraivoon, jäi vatvomaan, mut opetti et pitää neutraalisti rajaa, et ei päästä liian lähelle." (Kummi D)

Perhekummitoiminnan lisäksi kummeilla on muitakin harrastuksia, ihmissuhteita ja perhe-elämää. Osa kummeista pitää selkeästi lomaa. Osalle on muodostunut kuin itseltään tauko, jos kummisuhde on päättynyt esimerkiksi kesän kynnyksellä. Uusi kummisuhde on luontevaa aloittaa elokuun alussa. Kummit totesivat, että Suomi pysähtyy heinäkuussa, jouluna ja juhannuksena ja silloin tulee luonnollinen tauko. Usein perheetkin lomailevat heinäkuussa, jolloin ei nähdä. Kuulumisia voidaan vaihdella lähettämällä tekstiviestejä. Osa kummeista ei koe tarvitsevänsä erityisesti lomaa tai taukoa toiminnasta vaan katsovat sen olevan osa elämäntapaansa.

Kummit kokevat, että he ovat tasapainoisia ja oma elämäntilanne ja perhekummitoiminta ovat tasapainossa. Perheen tapaamiset kahden viikon välein ovat niin harvoin, että ne eivät rasita tai vie energiaa. Perhekummitoimintaan osallistuminen ja erilaisten perhetilanteiden ja olosuhteiden näkeminen on saanut kummit tuntemaan kiitollisuutta siitä, että omassa elämässä asiat ovat hyvin. Suhteellisuuden taju unohtuu helposti ja ihmiset kitisevät turhasta, mutta kummina toimiessa oma suhteellisuuden taju säilyy.

#### 6.4 Organisaation tuki ja kannustus

Kummit kokivat organisaation tuen ja kannustuksen merkittävänä tekijänä. Erityisesti haastavien perheiden kanssa toimittaessa tai tilanteissa, joissa kummisuhdetta oli vaikea lopettaa perheen puolelta, pidettiin tärkeänä, että organisaatiolta on ainakin mahdollisuus saada tukea.

Kummit kokivat ylipäänsä saavansa organisaation taholta tukea ja kannustusta. Kuulumisia kuinka kummilla ja perheellä menee, kysellään noin kolmen kuukauden välein. Palautetta saa organisaation taholta, miten perhe on kokenut kummisuhteen. Aina voi myös itse ottaa yhteyttä organisaation työntekijöihin, jos kokee sen tarpeelliseksi.

Positiivisesti on yllättynyt organisaation taholta saama tuki. Kaikkien kummien mielestä tuki on ollut riittävää. Tuen ja kannustamisen tapa koetaan positiivisena.

"Ehkä just se tuki ja kannustus, ku omas työs ei o kukaan koskaan kiittäny, ku siel ei oo sellane kulttuuri ku näillä. Jotenki on aivan ihanaa, et kyl ihminen tulee niin hyvälle mielelle ku joku on et hyvinhän sä oot pärjänny, niinku hienoo, et nää tekee niin kivasti sen kannustamisen." (Kummi E)

Kummit ovat saaneet palautetta, että he ovat osaavia, pärjääviä ja kykeneviä toimimaan kummina. Perheet ovat olleet tyytyväisiä kummien toimintaan ja kiitollisia saamastaan perhekummista. Kummit ovat tunteneet saavansa arvostusta organisaation taholta tekemästään vapaaehtoistoiminnasta.

## 7 Johtopäätökset

Tulosten perusteella perhekummitoiminnan haastatteluun osallistuvien kummien kohdalla toteutuvat vapaaehtoistoiminnan peruseriaatteet, vapaaehtoisuus ja pakottamaton toiminta, josta toiset ihmiset hyötyvät, tasa-arvoisuus, luottamuksellisuus, yhteinen

ilo sekä vastavuoroisuus. (Yeung 2002: 11.) Itseohjautuvuusteorian mukaan ihminen on aktiivinen, itseohjautuva, omaehtoinen ja itseään toteuttava persoona, joka voi päättää omista tekemisistään. Omaehtoisuuden edellytys on valinnan- ja toiminnanvapaus. Omaehtoisessa toiminnassa tekemistä ohjaa sisäinen motivaatio, jolloin ihminen kokee asian omakseen, nauttii tekemisestä itsestään ja arvostaa päämääriä, joita tekeminen edistää. (Deci – Ryan 2000a.)

Monista vapaaehtoistoiminnan muodoista valintaan on vaikuttanut kummien oma halu edistää lapsiperheiden hyvinvointia ja toimia lasten kanssa. Perhekummitoimintaan aktiivisesti osallistumalla kummit auttavat ja tukevat perheenjäseniä, josta koko perhe hyötyy. Vapaaehtoistoiminnan periaatteen mukaisesti kummit toimivat tasa-arvoisesti vanhempien kanssa kasvatuskumppaneina omana itsenään periaatteella kuin ihminen ihmiselle. Kummit ovat saavuttaneet perheen luottamuksen, toiminta tuottaa yhteistä iloa sekä perheelle että kummille. Vastavuoroisuus näyttäytyy sekä antamisen että saamisen kokemuksina. Toiminta on koettu itselle mielekkäänä ja palkitsevana. Palkitsevaa on ollut konkreettisesti nähdä tuen ja avun merkitys perheen tilanteessa tapahtuvina muutoksina parempaan.

Vaikka vapaaehtoistoiminta etenkin sosiaalialalla tähtää ammattiavun tapaan avun ja tuen antamiseen, voidaan vapaaehtoistoiminnassa toteutustapoja, aikatauluja ja sääntöjä soveltaa väljemmin kuin ammattiauttamisessa. Sen mahdollisuudet liittyvät kokonaisvaltaisuuteen. Ihmisen ongelmia ja elämänhallinnan vaikeuksia voidaan käsitellä tapauskohtaisesti, ennakkoluulottomasti ja joustavasti. Jokaisen uuden ihmisen kanssa tai tilanteen muuten muuttuessa voidaan etsiä uusia tapoja toimia. (Etenen kannanotto 2014.)

Vapaaehtoistoiminnan joustavuus ja tapauskohtaisuus ilmenee perhekummien vastauksissa käytännöistä. Käytäntöihin kummit ovat voineet omalta osaltaan pääsääntöisesti vaikuttaa. Tapaamispaikoista ja tapaamisajoista on sovittu joustavasti. Tapaamiset eri paikoissa on koettu vaihteluna. Toisaalta selkeät, kiinteät tapaamisajat helpottavat kummin omien suunnitelmien tekemistä. Tapaamisten suhteen yhteiset pelisäännöt ja niistä kiinni pitäminen auttavat toimimista perheen kanssa. Matkojen suhteen kummit eivät kokeneet tapaamisia ongelmalliseksi. Yleisesti ottaen kummit joustavat perheen ehdoilla ja perheen tarpeet huomioiden. Kummisuhteen kesto, yksi vuosi on koettu hyvänä käytäntönä. Se on riittävän pitkä aika perheen tukemiseen. Tarpeen vaatiessa

kummisuhdetta voidaan jatkaa pidemmäksi aikaa. Lähtökohtana kuitenkin tulee olla, että perheellä on todellinen tarve ja perheelle on hyötyä kummisuhteen pidentämisestä.

Vapaaehtoistoimintaa organisoivat usein kolmas sektori kuten yhdistykset ja järjestöt. (Koskiahho 2001:6-17.) Vapaaehtoistoiminnan periaatteiden mukaisesti vapaaehtoistojen tulee saada toimintaansa tukea ja rohkaisua organisaation taholta. (Yeung 2002:11.)

Kummit ovat kokeneet organisaatiolta saadun tuen, kannustuksen ja arvostuksen tärkeinä. Erityisen merkittävää tuki on silloin, jos kummisuhteessa ilmenee haasteita tai kummisuhteen lopettamisvaiheessa on hankaluuksia. Organisaatiolta saama tuki ja kannustus tuottaa mielihyvää ja auttaa jaksamaan kummeja toiminnassa. Koulutukset on koettu hyödyllisiksi, joista on saanut ajankohtaista tietoa ja tukea kummina toimimiseen. Toiminnanohjauksissa korostui vertaistuen merkitys, kokemusten jakaminen ja yhteisöllisyys. Tukea ja ymmärrystä saa muilta samassa tilanteessa olleilta kummeilta. Kaikilla on sama päämäärä edistää perheiden hyvinvointia. Koulutuksiin ja toiminnanohjauksiin kummit osallistuvat vaihtelevasti mahdollisuuksien mukaan.

Sosiaali- ja terveysalan työssä peruslähtökohtia ovat arvostuksen ja kunnioituksen kokemukset (Järvinen 2006:11). Perheiden kanssa toimiessa on tärkeää osoittaa arvostusta ja kunnioitusta kaikille perheenjäsenille. Jokainen perhe on omassa asiassaan paras asiantuntija ja perheiden itsemääräämisoikeutta tulee kunnioittaa. Perhe itse määrittää omat tuen tarpeensa. (Järvinen 2006: 139 -153.) Peruslähtökohtana on myös perheen hyväksytyksi tulemisen kokemukset. (Pesonen 2006:156). Perhekummikoulutuksessa korostetaan vielä perheen aitoa kohtaamista, vastavuoroista luottamusta, vuorovaikutusta, avointa ja turvallista ilmapiiriä, joka luo mahdollisuuden yhteiselle keskustelulle, kuuntelulle, yhdessäololle, yhdessä tekemiselle ja kokemusten jakamiselle. (MLL:n perhekummikoulutus 2014.)

Kummit ovat kokeneet mahdollisuuden toimia erilaisten perheiden kanssa rikkautena. Toimintatavat jokaisen perheen kanssa ovat erilaiset ja jokaisessa perheessä kummin rooli tulee löytää perheiden tarpeita vastaavaksi. Toisissa perheissä kummin rooli on konkreettinen arjessa auttaminen, toisessa perheessä keskitytään vanhemmuuden tukemiseen ja joissakin toimitaan kuuntelijana ja keskustelijana. Tasapainoa haetaan vuorovaikutuksessa lasten ja vanhempien välillä. Jokaisen perheen tapoja ja erilaisia käytäntöjä sekä perheen elämäntapaa kunnioitetaan.



Vapaaehtoistoiminnan areenat luovat paikkoja, joissa voi toteuttaa itseään, oppia uutta omista kyvyistään, kehittää itseään, pitää yllä taitojaan, etsiä uusia haasteita ja löytää uusia näkökulmia. (Yeung 2005; Sorri 2005; Hartikainen 2005; Pessi – Oravasaari 2010.) Itseohjautuvuusteorian mukaan kyvykkyydellä tarkoitetaan yksilön kokemusta omista taidoistaan, osaamisestaan ja siitä, että ihminen saa asioita aikaan. Kyvykkääksi itsensä kokeva uskoo pystyvänsä tekemään asioita menestyksekkäästi, luottaa omiin taitoihinsa ja osaamiseensa. Ihminen nauttii sellaisesta tekemisestä, jossa pärjää. Haasteistakin, jos haastetaso on sopiva ja ihminen kokee pärjäävänsä. (Deci – Ryan 2000a.) Toimiessaan perheiden kanssa kummit ovat kokeneet sekä onnistumisen tunteita että haastavia tilanteita. Haastavat tilanteet ovat saattaneet aiheuttaa hämmennystä, mutta niistä on selvitty ja organisaatiolta on saanut tarvittaessa tukea. Toisaalta haastavista tilanteista on opittu ja ne ovat lisänneet ymmärrystä. Haastavista tilanteista selviytyminen on lisännyt tunnetta, että pärjää vaikeissakin tilanteissa. Kokemuksen myötä varmuus, itseluottamus ja tunne omasta kyvykkyydestä sekä taidoista ovat lisääntyneet.

Keskustelua on käyty siitä paikkaavatko vapaaehtoiset ammattilaisten työtä. Vapaaehtoiset toimivat kuitenkin enemmän lähellä perheen, ystävien ja sukulaisten roolia. (Laiomio – Välimäki 2011.) Kummin ja perheen välille muodostunut luottamuksellinen suhde näyttäytyy läheisyytenä, kummin koetaan pikemminkin olevan kuin perheenjäsen tai hyvä ystävä kuin ammattiauttaja, joka kummi ei olekaan. Kummi on tukija, vierellä kuljija ja yhteisen matkan jakaja. Kummi antaa itsestään, mutta saa myös antaessaan.

Itseohjautuvuusteorian mukaan ihmisellä on perustarve olla yhteydessä toisiin ihmisiin eli ihminen on yhteisöllinen. Hyvinvointi kytkeytyy ympärillä oleviin ihmisiin. Voidakseen hyvin ihminen tarvitsee kokemusta, että hänestä välitetään ja hän on osa kannustavaa, turvallista ja lämmينhenkistä yhteisöä. (Deci – Ryan 2000a.) Kummit ovat saavuttaneet osoittamansa luottamuksen, perheen arvostuksen ja kunnioittamisen kautta aseman osana perheen yhteisöä. Kummit ovat osallistuneet perheen kanssa yhteiseen arkeen, perheen lasten harrastuksiin, yhdessä perheen kanssa eri tilaisuuksiin, tapahtumiin ja kummit ovat tervetulleita perheen juhliin.

Yhteisöllisyys näyttäytyy myös tunteena, että kuuluu vapaaehtoistoiminnan ryhmään. Tavoitteena on yhteinen päämäärä ja kiinnostuksen kohde. Yhteinen päämäärä ja kiinnostuksen kohde lisää yhteenkuuluvuuden tunnetta. Ryhmässä muilta kummeilta saa

vertaistukea, ymmärrystä ja kannustusta. Henkilökunta on koettu lämminhenkiseksi, välittäväksi ja turvalliseksi, joita on helppo lähestyä. Kummien hyvinvoinnista ja jaksamisesta huolehditaan kyselemällä kuulumisia, järjestämällä toiminnanohjausta ja vertaistukea sekä tarjoamalla virkistysmahdollisuuksia, joihin kummit voivat osallistua vapaa-ajallaan.

Haastatteluun osallistuneiden kummien kokemusten perusteella kokemukset perhekummitoiminnasta ovat pääsääntöisesti myönteisiä. Käytännöt on koettu hyvinä ja käytäntöihin voi vaikuttaa. Perhekummitoiminta mahdollistaa joustavasti vapaaehtoistoimintaan osallistumisen, perhe- ja työelämän ja muun henkilökohtaisen elämän yhteensovittamisen.

Perhekummit ovat itse tasapainoisia, kokevat oman elämänsä hyvänä, jolloin energiaa riittää muiden auttamiseen ja hyvän tekemiseen. Toiminta koetaan itselle merkityksellisenä, antoisana ja palkitsevana. Toiminta kummina tuottaa itselle iloa, mielihyvää ja kummit kokevat itsensä tarpeellisiksi ja hyödyllisiksi perhekummitoiminnan kannalta. Kummit kokevat saavansa arvostusta. Perhekummitoiminta on vapaaehtoistoiminnan muotona mahdollistanut kummeille toiminnan, jonka he kokevat itselleen tärkeänä. Perhekummitoiminnassa kummit voivat toteuttaa itseään omien mieltymyksiensä mukaan ja toimia heille tärkeiksi kokemiensa lasten parissa. Toiminta on opettanut kummeille suvaitsevaisuutta, ymmärrystä erilaisista perheistä ja perhetilanteista. Perhekummitoimintaan osallistuminen on kummien kokemusten perusteella lisännyt heidän omaa kokonaisvaltaista hyvinvointiaan. Toiminta on avannut uuden maailman ja näkemään asioita erilaisista näkökulmista. Toiminnan myötä on oppinut myös arvostamaan ja näkemään kuinka hyvin asiat ovat omalla kohdalla.

## 8 Pohdinta

Vapaaehtoistoimintaa tarkastellaan useimmiten julkisuudessa yhteiskunnallisesta ja kansalaisyhteiskunta-ajatuksen sekä vapaaehtoistoiminnan taloudellisesta näkökulmasta. Opinnäytetyössäni halusin nostaa esiin erityisesti vapaaehtoistoimijoiden äänen ja kuulla Mannerheimin lastensuojeluliiton vapaaehtoistoimintaan osallistuvien perhekummien kokemuksia toimintaan osallistumisesta. Lisäksi halusin selvittää miten perhekummit kokevat toimintaan osallistumisen oman hyvinvointinsa kannalta. Koska vapaaehtoistoimintaan osallistuminen ei lisää perhekummien taloudellista tai materiaalista hyvinvointia, päädyin tarkastelemaan henkistä ja kokonaisvaltaista hyvinvointia.

Aineiston keruumenetelmäksi mietin ensin kyselylomaketta, mutta asiaa mietittyäni päädyin lopulta ryhmähaastatteluun. Mielestäni ryhmähaastattelu osoittautui hyväksi menetelmäksi, koska tarkoituksenani oli saada selville syvällisempää tietoa kummien kokemuksista. Lisäksi haastattelemalla kummeja voin tehdä tarkentavia kysymyksiä. Haastattelutilanne sujui yllättävän hyvin. Kaikki kummit osallistuivat aktiivisesti haastatteluun ja vastasivat kysymyksiin tasapuolisesti. Haastattelusta muodostui keskusteluvaa, kummit osallistivat toisiaan tekemällä itse kysymyksiä, kommentoimalla ja kertomalla myös toisenlaisista kokemuksista. Itselleni jäi vahvasti tunne, että kummit kokivat haastattelutilanteen samalla kuin vertaistukena, jossa sai ymmärrystä ja voi jakaa kokemuksiaan muiden kanssa. Haastattelulle varattu aika oli riittävä. Vaikka haastatteluun osallistui vain viisi perhekummiä, mielestäni sain paljon erilaista, monipuolista ja syvällistä tietoa perhekummien kokemuksista, johon vaikutti useamman kummin kokemukset useammasta kummisuhteesta. Luotettavuutta lisäsi se, että kummit kertoivat avoimesti omista toisenlaisista kokemuksista kuin mitä muut kummit olivat kokeneet.

Opinnäytetyö prosessina on ollut mielenkiintoinen ja aihe kiinnostava. Opinnäytetyöni tekemistä voisi kuvata heiluriliikkeenä, välillä menin taaksepäin jatkaakseni taas eteenpäin. Oppimisen paikka itselleni on ollut jakaa keskeneräistä opinnäytetyötä muille luettavaksi. Nyt jälkeenpäin huomaan, että siitä on kuitenkin ollut valtavasti hyötyä. Ohjaavilta opettajilta saadut kommentit ovat olleet rakentavia ja ohjanneet itse kirjoittamisprosessia. Lisäksi heiltä saamani kannustus ja tukia on ollut olennaista tehdessäni opinnäytetyötä yksin melko lyhyessä ajassa.

Yhteistyö Mannerheimin lastensuojeluliiton perhekummikoordinaattorin kanssa on ollut myös sujuvaa ja häneltä olen koko prosessin ajan saanut tukea. Opinnäytetyön tuloksia ja johtopäätöksiä ei ole tarkoitus yleistää vaan pyrkimyksenäni oli tuoda esiin juuri opinnäytetyössäni haastattelemien perhekummien kokemuksia käytännöistä, toiminnasta ja hyvinvoinnin kokemuksista toimintaan liittyen. Opinnäytetyön aineiston perusteella organisaatio saa monipuolista tietoa perhekummien kokemuksista. Organisaatio voi hyödyntää tietoa perhekummitoiminnan kehittämisessä. Seuraava tutkimisen kohde voisi olla, miten organisaation työntekijät ovat kokeneet onnistuneensa perhekummien tukemisessa ja hyvinvoinnin edistämisessä.

Itselleni opinnäytetyö selkeytti vapaaehtoistoiminnan merkitystä itse vapaaehtoistoimijan näkökulmasta. Vapaaehtoistoiminta palvelee hyvin havaittavissa olevaa tarvetta löytää järjestötoiminnasta omaa elämää ja hyvinvointia palvelevia tekijöitä. Vapaaeh-

toistoiminta mahdollistaa avoimen, helposti oman elämän tarpeisiin liitettävän toiminnan ja osallistumisen. Mielekkyys syntyy yhteisistä kokemuksista ja ilosta, jota vapaaehtoistoiminta parhaimmillaan tarjoaa. Vapaaehtoistoiminnassa jaksaminen perustuu mielekkyyteen, onnistumisen kokemuksiin, kyvykkyyden tunteeseen, yhteisöllisyyden voimaan ja mahdollisuudesta toteuttaa itseään toiminnan kautta. Itselleen sopivan vapaaehtoistoiminnan löytäessään vapaaehtoistoimintaan osallistuminen voi edistää monella tavalla vapaaehtoistoimijan henkistä ja kokonaisvaltaista hyvinvointia. Perhekummit ovat löytäneet itselleen sopivan tavan osallistua vapaaehtoistoimintaan, joka tukee heidän omia motiiveja mahdollistaen oman osaamisen saattamisen yhteisen hyvän tavoitteisiin. Parhaimmillaan vapaaehtoistoiminta voi muodostua palkitsevaksi elämäntavaksi.

Vapaaehtoistoiminnan määrittelyyn ja kansalaisyhteiskunta-ajatuksen liittyen kummit toimivat myös aktiivisina kansalaisina osallistumalla säännöllisesti perhekummitoimintaan. Kummit osallistuvat perheen yhteiseen toimintaan, ovat osallisina ja kohtaavat perheen arjessa. Kummit tukevat perheitä ja kantavat omalta osaltaan vastuuta perheiden hyvinvoinnista. Aktiivinen kansalaisuus ilmenee konkreettisesti toimimalla ja olemalla mukana perhekummitoiminnassa. Ilman vapaaehtoisia kummeja perhekummitoimintaa ei olisi mahdollista järjestää organisoituna määrärahojen puutteen vuoksi. Kummien panos perhekummitoiminnassa on myös yhteiskunnallisesti merkittävä. Mannerheimin lastensuojeluliitto tekee yhteistyötä kuntien kanssa tarjoamalla perheille varhaista tukea. Yksi näistä tukimuodoista on juuri perhekummitoiminta, joka edistää lapsiperheiden hyvinvointia ja ehkäisee ongelmia. Perhekummeilla on tärkeä ja merkittävä rooli perhekummitoiminnassa, jonka he itse ovat tiedostaneet. Kummit ovat tietoisia toiminnan tarkoituksesta ja siitä, että perhettä tuetaan tietyn aikaa vaikeimman ajan yli. Tuen tarkoituksena on perheen voimaantuminen, jotta perhe pärjää jatkossa omillaan.

## Lähteet

Ala-Poikela, Helka 2010. Hyvinvointi. Käsitteenä ja edistämisen kohteena. Rovaniemi: Lapin yliopisto.

Deci, Edward L. – Ryan, Richard M. 2000a. Self-Determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development and well-being. New York: University of Rochester Press. 68-78. Verkkodokumentti.

<[https://selfdeterminationtheory.org/SDT/documents/2000\\_RyanDeci\\_SDT.pdf](https://selfdeterminationtheory.org/SDT/documents/2000_RyanDeci_SDT.pdf)>.

Luettu

2.1.2017.

Eskola, Jari - Suoranta, Juha 2001. Johdatus laadulliseen tutkimukseen. 5.painos. Jyväskylä: Gummerus Oy.

Eskola, Jari 2010. Laadullisen tutkimuksen juhannustaiat. Laadullisen aineiston analyysi vaihe vaiheelta. Teoksessa Aaltola, Juhani – Valli, Raine (toim.): Ikkunoita tutkimusmetodeihin. Näkökulmia aloittelevalle tutkijalle tutkimuksen teoreettisiin lähtökohtiin ja analyysimenetelmiin. Jyväskylä: PS-kustannus. 179-203.

Etenen kannanotto 2014. Vapaaehtoistoiminnan etiikka. Valtakunnallinen sosiaali- ja terveysalan eettinen neuvottelukunta ETENE. Sosiaali- ja terveysministeriö. Verkkodokumentti.

<<http://etene.fi/documents/1429646/1556041/Kannanotto+vapaaehtoistoiminnan+etiikasta.pdf/699021f0-dbca-4a81-8fc9-2f91ce31221f>>. Luettu 3.1.2017.

Eurofound - raportti 2011: Participation in volunteering and unpaid work. Second European Quality of Life Survey Participation in volunteering and unpaid work. European Foundation for the Improvement of Living and Working Conditions 2011. Verkkodokumentti.

<[http://www.eurofound.europa.eu/sites/default/files/ef\\_publication/field\\_ef\\_document/ef1102en.pdf](http://www.eurofound.europa.eu/sites/default/files/ef_publication/field_ef_document/ef1102en.pdf)>. Luettu 30.12.2016.

Grönlund, Henrietta – Yeung, Anne Birgitta 2005. Nuorten aikuisten arvot, asenteet ja osallisuus. Teoksessa Nylund, Marianne – Yeung, Anne Birgitta (toim.): Vapaaehtoistoiminta. Anti, arvot ja osallisuus. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy. 167- 191.

Harju, Aaro 2005. Kansalaisyhteiskunta vapaaehtoistoiminnan innoittajana. Teoksessa Nylund, Marianne – Yeung, Anne Birgitta (toim.): Vapaaehtoistoiminta. Anti, arvot ja osallisuus. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy. 58-80.

Hartikainen, Anne 2005. ”Löytää se jokin, mikä koskettaa”. Kohtaamisia vanhusten pitkäaikaishoidossa. Teoksessa Nylund, Marianne – Yeung, Anne Birgitta (toim.): Va-

paaehtoistoiminta. Anti, arvot ja osallisuus. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy. 143-166.

Helminen, Jari 2006. Onnen kehto vai kurjuuden alho? Suomalaisten lapsiperheiden arjen kurjistumisesta. Teoksessa Helminen, Jari (toim.): Elämä koettelee, tuki kannattelee. Sosiaali- ja terveysalan työ monimuotoisissa perhesuhteissa. Jyväskylä: PS-kustannus. 15-36.

Hewitt, Lyndi – Thoits, Peggy 2001. Volunteer Work and Well-Being. Journal of Health and Social Behavior 2001, Vol 42, 7:115-131. Verkkodokumentti. <<http://www.asanet.org/sites/default/files/savvy/images/members/docs/pdf/featured/volunteer.pdf>>. Luettu 31.12.2016.

Hinterlong, Jim – Morrow-Howell, Nancy – Rozario, Philip – Tang, Fengyan 2003. Effects of Volunteering on the Well-Being of Older Adults. Oxford Journals, The Journals of Gerontology, Series B, Volume 5, Issue 3: 137-145. Verkkodokumentti. <<https://academic.oup.com/psychsocgerontology/article/58/3/S137/583366/Effects-of-Volunteering-on-the-Well-Being-of-Older>>. Luettu 30.12.2016.

Hirsjärvi, Sirkka – Hurme, Helena 2010. Tutkimushaastattelu. Teemahaastattelun teoria ja käytäntö. Helsinki: Helsinki University Press

Hämäläinen, Timo 2009. Yhteiskunnallinen murros ja henkinen hyvinvointi. Sitran selvityksiä 8. Helsinki: Sitra. Verkkodokumentti. <<https://media.sitra.fi/2017/02/27173846/SelvityksiC3A48-2.pdf>>. Luettu 17.2.2017.

Hämäläinen, Timo 2014. Hyvinvoinnin lähteet niukan talouskasvun ja budjettileikkausten maailmassa. Kirjan Well-Being and Beyond: Broadening the Public and Policy discourse keskeiset johtopäätökset 1. Helsinki: Sitra. Verkkodokumentti. <[https://media.sitra.fi/2017/02/27174522/Hyvinvoinnin\\_lahteet\\_niukan\\_talouskasvun\\_ja\\_budjettileikkausten\\_maailmassa-2.pdf](https://media.sitra.fi/2017/02/27174522/Hyvinvoinnin_lahteet_niukan_talouskasvun_ja_budjettileikkausten_maailmassa-2.pdf)>. Luettu 10.3.2017

Järvinen, Riitta 2006. Maahanmuuttajaperhe – ihmisiä suomalaisten silmin. Teoksessa Helminen, Jari (toim.): Elämä koettelee, tuki kannattelee. Sosiaali- ja terveysalan työ monimuotoisissa perhesuhteissa. Jyväskylä: PS-kustannus. 139- 153.

Kananen, Jorma 2008. Kvalitatiivisen tutkimuksen teoria ja käytänteet. Jyväskylä: Jyväskylän yliopistopaino.

Koivisto, Kaisa – Perttula, Juha – Sandelin, Pirkko 2014. Hyvinvointi subjektiivisena kokemuksena – fenomenologisen erityistieteen näkökulma. Teoksessa Nieminen, Ari – Tarkiainen, Ari – Vuorio, Elina (toim.): Kokemustieto, hyvinvointi ja paikallisuus. Turun Ammattikorkeakoulun raportteja 177. Tampere: Suomen Yliopistopaino – Juventus Print oy. Verkkodokumentti. <  
<http://julkaisumyynti.turkuamk.fi/filemanager/productfiled/1233file1Upload.pdf#page=43>>. Luettu 10.3.2017.

Koskiahho, Briitta 2001. Sosiaalipolitiikka ja vapaaehtoistyö. Teoksessa Eskola, Antti – Kurki, Leena (toim.): Vapaaehtoistyö auttamisena ja oppimisena. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.15-40.

Laimio, Anne – Välimäki, Sari 2011. Vapaaehtoistoiminta kehittyy. Jyväskylä: Kopijyvä Oy.

MLL n.d. Kuntayhteistyö. MLL kunnan kumppanina. Verkkodokumentti. <  
<https://www.mll.fi/kuntayhteistyö/>>. Luettu 31.12.2016.

MLL:n perhekummikoulutus 2014. Koulutusmateriaali 4.10 – 11.10.2014. Helsinki.

MLL n.d. Vanhempainnetti, perhekummit. Verkkodokumentti. <  
<http://www.mll.fi/vanhempainnetti/perhekummit/>>. Luettu 30.12.2016.

MLL, Uudenmaan piiri. Tietoa piiristä. Verkkodokumentti. <  
<http://uudenmaanpiiri.mll.fi/tietoa-piirista/>>. Luettu 30.12.2016.

Oravasaari, Tomi – Pessi, Anne Birgitta 2010. kansalaisjärjestötoiminnan ytimessä. Tutkimus RAY:n avustamien sosiaali- ja terveysjärjestöjen vapaaehtoistoiminnasta. Avustustoiminnan raportteja 23. Helsinki: Yliopistopaino.

Pesonen, Arja 2006. Hyväksytyksi tulemisen kokemus sosiaali- ja terveysalan auttamistyössä. Teoksessa Helminen, Jari (toim.): Elämä koettelee, tuki kannattelee. Sosi-

aali- ja terveysalan työ monimuotoisissa perhesuhteissa. Jyväskylä: PS-kustannus. 155-170.

Sorri, Hannu 2005. Elämän käänneet. Arvojen ja identiteetin muutokset. Teoksessa Nylund, Marianne – Yeung, Anne Birgitta (toim.): Vapaaehtoistoiminta. Anti, arvot ja osallisuus. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy. 126-140.

Tietoa MLL:sta. n.d.< Verkkodokumentti. <http://www.mll.fi/mll/>>. Luettu 30.12.2016.

Yeung, Anne Birgitta 2005. Vapaaehtoistoiminnan timantti. Miten mallintaa motivaatioita? Teoksessa Nylund, Marianne – Yeung, Anne Birgitta (toim.): Vapaaehtoistoiminta. Anti, arvot ja osallisuus. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy. 104-125.

Yeung, Anne Birgitta 2002. Vapaaehtoistoiminta osana kansalaisyhteiskuntaa - ihanteita vai todellisuutta? Tutkimus suomalaisten asennoitumisesta ja osallistumisesta vapaaehtoistoimintaan. Helsinki: Hakapaino.

Yeung, Anne Birgitta 2005. Tutkimustyökaluja vapaaehtoismotivaation mysteeriin. Teoksessa Nylund, Marianne – Yeung, Anne Birgitta (toim.): Vapaaehtoistoiminta. Anti, arvot ja osallisuus. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino oy.83-103.



## Haastattelukysymykset

### Teema 1. Käytännöt

1. Pystytkö vaikuttamaan omaan toimintaasi?
2. Miten koet kummissuhteen keston (1 vuosi)?
3. Jos olet osallistunut toiminnanohjaukseen, mitä koet saavasi toiminnanohjauksesta?
4. Jos olet osallistunut jatkokoulutuksiin, millaisina olet kokenut ne?

### Teema 2. Toiminta

1. Minkälaisista aiemmista tiedoista, taidoista, osaamisesta tai kokemuksista sinulle on ollut hyötyä toimiessasi perheukummina?
  - Miksi koet niistä olleen hyötyä?
  - Miten tämä vaikuttaa henkilökohtaiseen hyvinvoinnin kokemukseesi?
2. Miten olet kokenut erilaiset perheet?
  - Miten erilaiset perheet ovat vaikuttaneet hyvinvoinnin kokemuksiisi?
3. Minkälaisia tunteita olet kokenut kummissuhteen/kummissuhteiden aikana toiminnan osalta ja perheiden kanssa?
  - Hyvät tunteet, vaikeat tunteet? - Onnistumisen kokemukset/haastavat tilanteet?
4. Mitä koet antavasi itsestäsi kummissuhteelle?
  - Oletko löytänyt oman perheukummin roolisi?
5. Mitä perhekummius antaa sinulle itsellesi?
  - Mitä koet saavasi perhekummitoiminnasta?
6. Miten ajattelet em. kokemusten vaikuttaneen omaan henkiseen hyvinvointiisi?
7. Onko jokin mietityttänyt?
8. Mikä on ollut yllättävintä?
9. Oletko oppinut jotain uutta kummitoiminnan aikana?

## Haastattelukutsu

Hei arvoisa perhekummi!

Opiskelen Metropolia ammattikorkeakoulussa sosiaalialalla. Teen opinnäytetyön vapaaehtoistoimintaan liittyen perhekummitoiminnasta. Tavoitteena on selvittää kummien kokemuksia toiminnassa ja miten toiminta on vaikuttanut kummien hyvinvointiin. Opinnäytetyö tehdään yhteistyössä Mannerheimin lastensuojeluliiton Uudenmaan piirin ja Metropolia ammattikorkeakoulun kanssa. Tutkimuksella saadaan arvokasta tietoa kummien kokemuksista. Tätä tietoa voidaan käyttää perhekummitoiminnan kehittämiseksi.

Toteutan tutkimuksen valittujen kummien ryhmähaastatteluna. Haastatteluun osallistuu yhteensä kuusi kummiä Uudeltamaalta. Haastateltavat kummit on valittu Uudenmaanpiirin perhetoiminnan koordinaattorin kanssa. Teemoina ovat käytännöt kummitoiminnassa ja varsinainen perhekummitoiminta sekä näiden vaikutus kummin hyvinvointiin.

Ryhmähaastattelu nauhoitetaan, aineisto litteroidaan ja analysoidaan opinnäytetyötä varten. Käsittelen tiedot ehdottoman luottamuksellisesti, eikä vastaajan osuutta voi tunnistaa lopullisesta työstä. Kerättyä tietoa käytän ainoastaan opinnäytetyön tekemiseen ja kaikki aineisto tuhotaan opinnäytetyön valmistuttua.

Haastattelusta on oikeus kieltäytyä ja vetäytyä missä tahansa vaiheessa.

Opinnäytetyö julkaistaan ammattikorkeakoulujen verkkokirjasto Theseuksessa ja tallennetaan MLL Uudenmaan piirin perhekummitoiminnan käyttöön.

Lisätietoja voi kysyä sähköpostilla tai puhelimitse. Vastaan mielelläni kaikkiin kysymyksiisi.

Osallistuminen mahdollistaa oman näkemyksesi ilmaisemisen ja antaa panoksesi toiminnan kehittämiseksi.

Toivon sinun osallistuvan haastatteluun lauantaina 18.2.2017 klo 11.00 -13.00 MLL:n Uudenmaanpiirin Pasilan toimiston kahvihuoneessa, osoitteessa Asemapäälikönkatu 12 C 00520 Helsinki. Soita tullessasi ovikelloa niin tulen avaamaan sinulle oven. Toivomme vastaustasi haastatteluun osallistumisesta torstaihin 2.2.2017 mennessä Jaana Ritolalle sähköpostitse tai puhelimitse.

Tervetuloa ja kiitos jo etukäteen osallistumisestasi ryhmähaastatteluun!

Ystävällisesti

Riitta Pouru

sosionomiopiskelija

ja

MLL Uudenmaanpiiripuolesta  
Jaana Ritola  
perhetoiminnan koordinaattori

## Esitietolomake

Hei!

Täyttäisitkö alla olevat esitiedot perhekummitoiminnan ryhmähaastattelua varten ja palauttaisit tiedot ennen haastattelua, viimeistään perjantaina 17.2.2017 MLL:n Uudenmaan piirin perhetoiminnan koordinaattori Jaana Ritolalle sähköpostitse.

Tiedot kerätään opinnäytetyön ryhmähaastattelun otosta varten.

Jaana Ritola välittää tiedot minulle. Näin ollen varmistetaan haastateltavien anonymiteettisuoja eikä vastauksia voi yhdistää henkilöihin.

Esitiedot

Ikä:

Sukupuoli:

Koulutus:

Ammatti:

Kuinka kauan olet toiminut perhekummina?:

Kuinka monta perhekummisuhdetta sinulla on ollut?:

Kiitos vastauksistasi!

Ystävällisesti

Riitta Pouru

Sosionomiopiskelija

